



ROOGHITIA THE HEALTH



دعای روغیتیا و وزارت درسی سیاسی خپه



صحت عامه

صحت عامه عبارت است

از علم و هنر، جلوگیری از امراض،
بهبود وضع سلامت جسم، روانی
و اجتماع مردم بوسیله
کوششها و مساعی دسته
جمعی انفراد .



روغتیا

د عامې روغتیا د وزارت
درې میاشتېنې خپرونه

وَاللّٰهُمَّ ارْحَمْ اُمَّةَ الْاِسْلَامِ
وَنَزِّلْ هَذَا الْقُرْآنَ بِهَوِّ
شِفَاءٍ وَرَحْمَةٍ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ

شماره	فهرست مضامین	صفحه
۱	مجالس اداري	۱
۲	ملاقات وزیر صحت عامه	۲
۳	توزیع تصدیق نامه	۳
۴	برنامه انگل و خدک اساسی	۴
۵	مسئولیت خطیر ملت	۵
۶	د افغانستان د اسلامي دولت روغتیاي ماستر پلان	۶
۷	طبابت و اخلاق	۷
۸	د روغتیا بنسټین خدمتونه	۸
۹	موجودیت حمل در داخل مکر	۹
۱۰	روغتیاي لارښوونې	۱۰
۱۱	ایمان و مقاومت	۱۱
۱۲	د انتی بیوتي کو غلط استعمال	۱۲
۱۳	مثلت معیونه	۱۳
۱۴	شفا خانه شهید سید عبداللہ	۱۴
۱۵	د هوا په ذریعہ تداوی	۱۵
۱۶	د ماشومانو پیاوړه مختلفې خوراکي	۱۶
۱۷	پندر (شعر)	۱۷
۱۸	حفظ الصحة از دیدگاه اسلام	۱۸
۱۹	تشویش تیکه مترافق با درجه حرارت	۱۹
۲۰	سنگ های کلیوی	۲۰
۲۱	شهر مرده	۲۱
۲۲	د ښکاره کول او ښکاره کول	۲۲
۲۳	د ښکاره کول او ښکاره کول	۲۳
۲۴	تسم باشتاب ارسنیک	۲۴
۲۵	د حق لمر (شعر)	۲۵

مونږ د حآن لپاره جاه او جلال نه
غواړو، ځکه زموږ عقیده داده چې دنیا
فاني ده،

مونږ د دې اصل په رڼا کېنې چې "زما
لمونځ، زما قرباني، زما ژوند او زما مرګ
پوازي د الله رب العلمين لپاره دی، او
هغه هېڅ شریک اوساری نه لري، او
زه مسلمان یم". د الله تعالی له رضانه
غیر بل هدف او مرام نه لرو او په همدغه
لاره کېنې ایشار اوسرېښند نه کوو.

پروفیسور حضرت صبغت الله "المجددی"، د افغان استاد اسلامی ولایت

مجالس اداری

تحت ریاست

محترم سید نادر «خرم» وزیر صحت عامه

مجلس اداری تحت ریاست محترم سید محمد نادر «خرم» وزیر صحت عامه در مقرر آن وزارت دایر گردید .

درین مجلس علاوه از روسای دواپروازگانه‌های وزارت صحت عامه محترم دوکتور نجیب الله مجددی معین اول وزارت صحت عامه و محترم دوکتور بارکزی معین دوم آن وزارت اشتراك داشتند .
درین مجلس روی موضوعات مهم در روند فعالیت های ریاست های مختلف وزارت صحت عامه بحث و گفتگو بعمل آمد تا در تحقق بخشیدن اهداف اساسی وزارت صحت عامه برای مردم مسلمان افغانستان که همانا ، رفع نیازمندیهای صحتی آنها میباشد اقداماتی صورت گیرد که البته در زمینه پیشنهادات ذیل از طرف ریاست های این وزارت ارائه گردید :

۱ - پیشنهاد : ریاست پلان و احصائیه در مورد هم آهنگ ساختن پلان و امور احصائیوی ریاست های وزارت صحت عامه .

۲ - پیشنهاد : ریاست طب معالجوی در مورد کرایه و سفریه مطولینیکه جهت تداوی خارج از پاکستان اعزام میگردند .

۳ - پیشنهاد ریاست فارمسی در مورد سامان و لوازم طبی و دیپوی ادویه .

۴ - پیشنهاد طب معالجوی در مورد خریداری ۲۵ پایه چپرکت و ۲۵ پایه تخت خواب برای

شفاخانه شهید سید عبدالله .

۵ - پیشنهاد طب معالجوی در مورد خریداری يك پایه جنریتور برای شفاخانه شهید سید عبدالله .

۶ - پیشنهاد ریاست امور فارمسی در مورد توزیع سامان و لوازم طبی و دیپوی ادویه در ارتباط به موسسات خیریه .

در مجلس اداری دیگرکه تحت ریاست محترم سید محمد نادر خرم در مقر وزارت صحت عامه دایر گردید ، علاوه از روسای دواير و ارگانهای وزارت صحت عامه محترم دوکتور نجیب الله مجدی معین اول وزارت صحت عامه و محترم دوکتور بارکزی معین دوم ان وزارت شرکت داشتند .

درین مجلس موضوعات مشخص و مهم مورد بحث قرار گرفت . به ارتباط انجام بهتر امور ریاست دیپوی ادویه و فارمسی دوکتور سید محمد امین فاطمی رئیس انستیتوت صحت عامه پیشنهاد طرح و تدویر فورمولیر ملی را نمود که مورد تائید و تصویب و منظوری قرار گرفت .

در مجلس همچنان موضوع پولیکلینیک مرکزی به پیشنهاد محترم دوکتور ربانی رئیس طب معالجوی مورد بحث قرار گرفت و تصامیم لازمی در مورد اتخاذ گردید . در مورد شماری از موضوعات دیگر که شامل اجنداء بود بحث صورت گرفت و تصامیم لازم اتخاذ گردید .

محترم وزیر صحت عامه بانمایندہ A.I.D و تیم لیدر M.S.H ملاقات نمودند

محترم سید محمد نادر خرم وزیر صحت عامه دولت اسلامی مجاهدین افغانستان روز سه شنبه ۲۶ جون در دفتر کار خویش بامستترپالم نماینده (AID) و مستر اولدهام تیم لیدر موسسه (MSH) ملاقات نمودند .

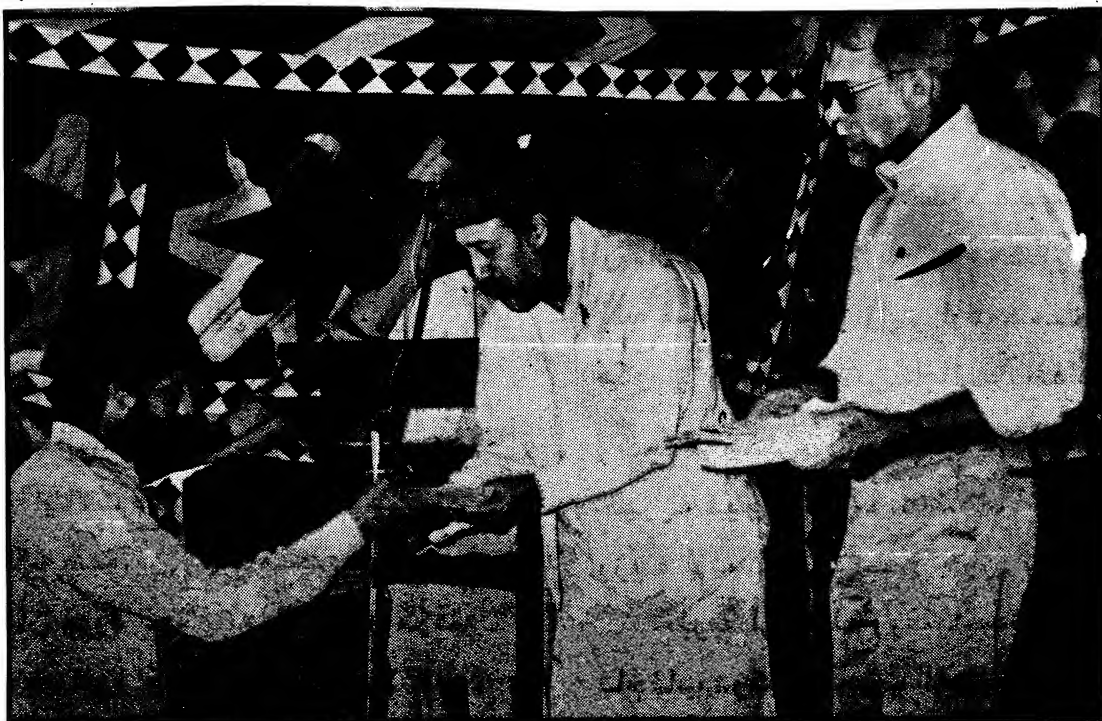
این ملاقات که در يك فضای صمیمانه دو ساعت به طول انجامید طرفین روی مسائل صحتی تخنیکی و مالی صحبت بعمل اور دندو تصامیم لازم جهت بهبود وضع صحتی در داخل کشور و کمپ های مهاجرین اتخاذ گردید .

توزیع تصدیقنامه های کورس طبی فریدم سیدین

تصدیقنامه های ۱۴ تن از فارغین کورس طبی در سطح عالی فریدم میدیسن روز پنجشنبه ۲۳ حمل طی محفل باشکوهی که در مقر ریاست انستیتوت صحت عامه برگزار گردیده بود، توسط دوکتور نجیب الله «مجددی» توزیع گردید.

محفل با تلاوت چند ایه از کلام الله مجید آغاز گردید. سپس محترم دوکتور سید محمد امین فاطمی رئیس انستیتوت صحت عامه بیانیه ایراد نمودند.

محترم دوکتور فاطمی ضمن بررسی وضع صحتی کشور در شرایط امروزی و آینده آن معلومات مهم ارائه نموده فارغین کورس را متوجه مسئولیت های صحتی در داخل کشور ساختند و برای (ص ۶۲)



مصاحبه از: ع. ی. ب.

محترم دوکتور مجیدی معین اول وزارت صحت عامه:

برنامه انجشاف خدمات اساسی صحی د ولایات افغانستان آغاز کړدیده است سازمان صحی جهان و مؤسسا خیریه غیر دولتی در تطبیق با ستړپلان با دولت اسلامی کومک می نمایند .

درین سیمینار محترم هدایت الله
ارسلا وزیر مالیه و محترم دوکتور نجیب
الله مجددی معین اول وزارت صحت عامه
حکومت مؤقت اسلامی مجاهدین افغانستان
و تعداد کثیری از نمایندگان موسسات
خیریه غیر دولتی (N.G.O's) اشتراک و
رزیده بودند .

خبرنگار مجله روغتیا مصاحبه ای را
باجناب دوکتور نجیب الله مجددی معین
اول وزارت صحت عامه در مورد دست



سیمینار ارزیابی کومک های صحی و
عام المنفعه موسسات خیریه غیر دولتی به
ارتباط افغانستان از تاریخ ۹ - ۱۱ فروری
۱۹۹۰ در ایالات متحده امریکا برگزار
گردید که طبق آن وضع صحی فعلی در
افغانستان مورد بحث و مذاقه قرار گرفته
و در مورد طرز کار و پیریزی پلانهای
قابل قبول یک سلسله تصامیم اتخاذ گردید .

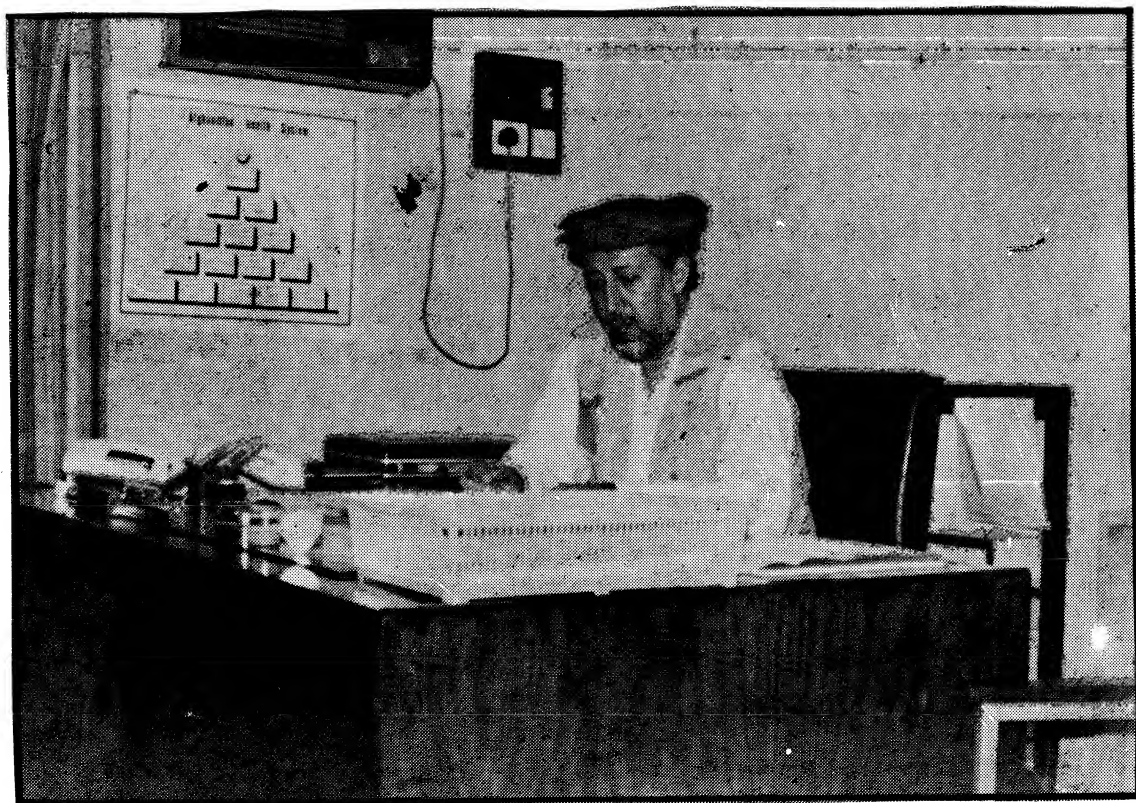
آورده های سیمینار و همچنان وضع صحی کشور و پلان های وزارت صحت عامه انجام داده که اینک تقدیم میگردد :

محترم دوكتور مجددی درباره انعقاد كنفرانس گفت:

این كنفرانس از طرف مؤسسات خیریه غیر دولتی (N.G.O) بخاطر ارزیابی بخش های صحی و عام المنفعه و رول مؤسسات خیریه در اعمار مجدد افغانستان برگزار گردیده بود، که طی آن جهت تطبیق پلانهای بهیخواهانه مؤسسات خیریه

پالیسی وزارت صحت عامه، پلانها و برنامه های کار وزارت در داخل کشور و رول مؤسسات خیریه غیر دولتی در زمینه کومک های صحی و طرز پیشبرد و انکشاف امور صحی توضیحات بدهم.

نظر من به اشتراك کنندگان كنفرانس این بود که مؤسسات خیریه غیر دولتی در طول یازده سال جهاد مقدس خدمات ارزشمندی در سكتور صحت عامه افغانستان انجام داده و دولت و حکومت موقت اسلامی مجاهدین افغانستان این کومک های پی قید و شرط و خدمات ارزشمند انسانی را که



محترم دوكتور نجيب الله مجددي معین اول وزارت صحت عامه

در افغانستان يك سلسله تصاميم اتخاذ گردید. از من در نخستین جلسه كنفرانس دعوت نمودند تا بحیث سخنگوی كنفرانس و نماینده وزارت صحت عامه حکومت موقت مجاهدین افغانستان درباره

بخاطر بهبود وضع صحی ملت مستضعف افغانستان ایفاء نموده به دیده قدر مینگرد اما نظر وزارت صحت عامه اینست که با بوجود آمدن حکومت اسلامی مجاهدین افغانستان باید تمام کارها و

در ولایات مختلف افغانستان اقدام نموده ، شفاخانه ای را در تل تاسیس نموده و همچنان يك پروگرام ترانزیشن را نیز رویدست گرفته که طی آن امور محوله شانرا تدریجا به وزارت صحت عامه محول خواهند ساخت و امیدواریم تا آخر سال ۱۹۹۱ امور فریدم میدیسن به وزارت صحت عامه تفویض گردد . درتیم ترانزیشن که غرض ارجاع امور مؤسسه فریدم میدیسن به وزارت صحت عامه تشکیل گردیده سه تن از دوکتوران از طرف وزارت صحت عامه موظف شده تا در امور مسلکی مؤسسه فریدم میدیسن آشنایی و دسترس یافته و بعداً در زمینه

پروگرامهای موسسات مذکور هماهنگ شود و برای نیل به این هدف باید مسئولین امور وزارت صحت عامه از طرز کار موسسات خیریه غیر دولتی (N.G.O) آگاهی کافی داشته باشند . روی این هدف وزارت صحت عامه باتمام موسسات خیریه تماس گرفته تا از امور محوله وپلانها وبرنامج های آینده شان در داخل افغانستان به وزارت صحت عامه معلومات دهند .

برخی از این موسسات همکاری خوبی را با وزارت صحت عامه آغاز نموده که از این جمله مؤسسه فریدم میدیسن را میتوان نام برد..



محترم دوکتور مجدی حین مصاحبه با نامه نگار "روغتیا"

انتقال برنامه های آن مؤسسه به وزارت صحت عامه ایفای وظیفه نمایند و همچنان تمام پروگرامهای مؤسسه فریدم میدیسن را در خدمت

فریدم میدیسن مؤسسه خیریه ایست که غرض بهبود وضع صحتی افغانستان به آغاز پروگرام تربیه کارکنان اساس صحتی و تاسیس کلینک های صحتی

وزارت استخدام کنند.

همچنان طی این کنفرانس درباره ممانعت ساختن پروگرامهای صحنی در داخل افغانستان تباه نظر صورت گرفته و من بحیث نماینده وزارت صحت عامه به شاملین کنفرانس درباره پلانهای وزارت صحت عامه که در مراکز ولایات، ولسوالی ها، علاقه داری ها و قریه ها بخاطر بهبود وضع صحنی مردم روی دست گرفته شده توضیحات دادم که مورد علاقه شاملین کنفرانس قرار گرفت.

درین اواخر شایعاتی براه انداخته شده که جهان غرب با خروج قوای نظامی روس از افغانستان، چندان علاقه مندی به مسئله افغانستان ندارد. از محترم دوکتور مجددی خواستیم تا نظر شانرا با در نظر داشت مذاکرات و دید وادید های که در ایالات متحده امریکا بعمل آورده ابراز نمایند.

وی گفت: نماینده صدای امریکا که جهت اخذ راپور در کنفرانس نمایندگان موسسات خیریه غیر دولتی اشتراک و رزیده بود مصاحبه ای را بامن انجام داد که بیشتر سوالاتش به همین محور می چرخید که آیا روسها در افغانستان موجودیت نظامی دارند یا خیر؟ و چرا نظر جهان غرب در قبال جهاد افغانستان تغیر کرده و آیا اکنون افغانستان در آتش يك نبرد داخلی نمیسوزد؟ همچنان شبکه تلویزیونی (C.N.N) که يك چینل خبری شهرت یافته امریکاست نیز چنین سوالات را مطرح میکردند و من طی هر دو مصاحبه که باصداق امریکا و شبکه تلویزیونی (C.N.N) انجام

دادم به این نکته پافشاری می کردم که موجودیت نظامی روس در افغانستان تا حال نیز ثابت و پابرجاست و جهان غرب یا از رول نظامی روس در افغانستان آگاهی ندارد و یا اینکه چشم پوشی میکنند و تحت تاثیر پروپاگند روس و حکومت ملحد کابل قرار دارد. حقیقت اینست که همین اکنون بیش از ۲۰۰۰ تن مشاورین نظامی روس در کابل موجود اند که در استعمال میزایل اسکاد و اوراگان سهم فعال دارند هم چنان قوای هوایی روس در خدمت حکومت کمونست کابل میباشد که همواره مناطق مسکونی مردم بیدفاع ما را مورد بمباردمان شدید قرار میدهد.

يك هیأت صحنی ایالات متحده امریکا که برای مجادله بامانع به صفحات شمال افغانستان سفر نموده بود به چشم سردیده و عکس برداری نموده اند که طیارات بم افکن شوروی از خاک روس پرواز نموده صفحات شمالی و مرکزی افغانستان را بمبارد مینمودند.

کومکهای روسیه به حکومت ملحد ماهانه به ۲۰۰ میلیون دالر میرسد که يك رقم هنگفت است و مجاهدین افغانستان حتی دريك سال هم این رقم را بدست آورده نمیتوانند. همه سلاح های مدرن و دور زن که برای دفاع از حکومت کابل علیه مجاهدین افغان استعمال میگردد دردست مشاورین نظامی روس قرار دارد. هم چنان بیش از ۲۰ هزار عسکر روسی که بنام ملیشه جوزجانی و یا گلیم جم درپوسته های دولتی مستقر گردیده همه شان روسی الاصل اند که زبانهای دری و پشتو برای شان آموخته شده و این خود برموجودیت نظامی

شوروی در افغانستان دلالت می کند .

محترم دوکتور مجددی طی مصاحبه اش در برابر پرسش خبرنگار ما راجع به بهبود وضع معلولین ارتباط گرفته گفت : مسئله معلولین مسئله حادیست که مسئولین حکومت مؤقت مجاهدین به آن مواجه میباشند . ما در طول ۱۱ سال جهاد مقدس خه پیش هزاران تن معیوب و معذور را از

قشون ددمنش روسی را در کشور اسلامی شان بھاك مالیدند و احساس توسعه طلبی و جهانگیری و غصب حقوق حقه دیگران را از مغز و فکر قصر نشینان کریملین ربائیدند و اکنون که بناء برمعاذیر شرعی و کمبود دست و پای شان به صفوف جهاد رفته نمیتوانند و تعداد بیشتر شان احساس محرومیت میکنند این مسئله باعث ایجاد نابسامانی



چهارم رئیس دولت اسلامی افغانستان جن عیادت مج و جن جهاد در شفاخانه آئی آر سی
محترم وزیر صحت عامه نیز در عکس دیده میشوند

ظلم و بیداد روس به ارمغان گرفتیم اینها مؤمنانی اند که بخاطر رضای خداوند و اعلاى کلمه الله و استقرار نظام الهی متقبل خسارات جانی شده و عضو یا اعضای بدن شانرا بخاطر رضای پروردگار شان قربان نموده اند . معیوبین افتخارات جهاد بوده و نمونه بارزی از وحشت و بربریت کمونیستان خون آشام میباشند .

پوزه
اکثر آنها جوانانی بودند مجاهد و رزمنده که

ما و ناراحتی های روانی برای شان شده است . و میباید پلان منظمی برای بهبود وضع آنها پیریزی گردد .

معیوبین جهاد افغانستان به سه کتگوری تقسیم میشوند نخست آنهاییکه دست و پای شان از بین رفته و یا به اثر استعمال مواد کیمیای از فعالیت باز مانده و بکلی فلج گردیده و نمیتوانند به فعالیت های حیاتی دست بزنند این دسته از

عناصر فعال جامعه در آورد. غرض بهبود وضع این کتگوری باید پروگرامی طرح شود که تحت آن از اعضای سالم شان کارگرفته شود بطور مثال معلولی که دوپایش ضایع شده اما دستانش سالم است و فکر و دماغش سالم بوده و تا اندازه باسواد نیز میباشد میتوانیم وی را یک مامور، تائپست، رسام و یا خطاط تربیه کنیم و یا باتأسیس دستگاه های کوچک صناعتی میتوانیم ازین برادران معیوب خویش در زمینه انکشاف صنعت کشور استفاده نماییم.

نظر من اینست که مسئله معلولین جهاد ماتحت یک نظم خاص درآورده شود معلولین محکوم به بستر و انهاییکه مجدداً قابل کار میباشد از هم تفکیک شوند این تجویز به حکومت اسلامی ارائه شده است.

مسئولیت وزارت صحت عامه تنها معالجه و تداوی آنها میباشد اما بهبود وضع اقتصادی شان بدولت و حکومت موقت ارتباط دارد که باید مجلس عالی وزراء آنها مورد توجه عمیق شان قرار دهند. اگر به مسئله معیوبین توجه جدی صورت نگیرد و خلای را که از ناحیه امراض روحی برای معیوبین ایجاد شده است پرکرده نتوانیم خواهی نخواهی به امراض عقلی، نیز مبتلا خواهند شد.

محترم دوکتور مجددی در برابر این سوال که امروز چه نوع امراض مردم افغانستان را تهدید می کند گفت:

افغانستان را امروز امراض مختلف تهدید میکند که در قدم اول میتوان از تویر کلوز نام

برادران و خواهران معلول ما محکوم به بستر آند و باید شفاخانه جداگانه و مجهزی برایشان تأسیس گردد و به این ترتیب اگر تداوی شان امکان پذیر نیست باید تحت یک پروگرام طبی اعاشه شده و امور صحی شان تحت یک نظم طبی انجام یابد خلاصه اینکه این شفاخانه، شفاخانه نه بلکه یک معیوب خانه مجهز باشد.

طبقه دیگر کسانی اند که یک دست و یا پای شان ضایع شده، و میشود آنها را مجدداً بحیث



دغسی سرگرمه جانیات که دا اجازره ورکوی
چکه مونستان په غین کینی ونیسواو حکومت د شجره جوړکړی

برد که يك مرض شایع بوده و قبل از کودتای منحوس ثور تا اندازه تحت کنترل درآمده شده بود اما به آغاز هجرت و بود و باش مردم در خانه های تنگ و تاریک و نمناک که فاقد شرایط حفظ الصحه محیطی بوده و هم چنان نسبت فقرغذایی و عدم واکسنیشن در طول ۱۱ سال گذشته مرض توبر کلوز در افغانستان بار دیگر شیوع یافته و امروز معضله ای را بوجود آورده است. در قدم دوم مرض ملاریا است که در مناطق گرم و شالی کاری کشور ما که در انجا شرایط نشو و نمای پشه ملاریا مساعد است نسبت شرایط دشوار جهادی و حملات پیهم قوای روس و دولت کمونست کابل پرگرامهای وزارت صحت عامه حکومت مجاهدین افغانستان بمشکل تطبیق میگردد زمینه را برای شیوع این مرض بیشتر مساعد ساخته است. این مرض در پاکستان نیز یکی از امراض شایع است که بداخل افغانستان انتقال میکند و آمد و شد مهاجرین نیز باعث پخش ملاریا میگردد.

اسهالات حاد معدی معایی و اسهالات مزمن دیگر که باعث کولرا میگردد و دسنتری های امیبی که همه آن ناشی از عدم حفظ الصحه آب نوشیدنی و حفظ الصحه محیطی میباشد نیز امروز مردم مارا با مشکلات مواجه ساخته است.

امراض روانی مشکل بزرگتریست که اکثر جوانان مابه اثر شکنجه های طاقت فرسای زندانهای حکومت کمونیست به آن مبتلا شده اکثر فامیلهای مهاجرین که در سوگ ورثاء فرزندان شهید شان نشسته و یا هست و بود شانرا از دست داده به امراض روانی مبتلا گردیده اند اما جای شکر است که مردم مسلمان ما دارای ایمان و

عقیده راسخ بوده و اینهمه مشکلات را موجب رضای الهی دانسته و اتکاء و توکل شان به خداوند (جل جلاله) بیش از بیش تقویت می یابد اگر این عقیده راسخ و این ایمان راستین به ذات الهی نمیبود به یقین میتوان گفت امراض روانی اولین معضله صحی در افغانستان میبود اما به هر اندازه که گراف شهد ای ما بالا میرود و به هر اندازه که خسارات مالی و جانی مردم مومن و مجاهد ماقوس سعودی را می پیماید باعث نیرومندی تقویت ایمان ما میشود و این موهبتی است که نه تنها از امراض روانی در جامعه ما کاسته بلکه باعث تشدید جهاد و اضمحلال قوای دشمن میگردد.

محترم دوکتور مجددی ضمن توضیح پلان و برنامه وزارت صحت عامه در داخل افغانستان گفت:

پلان وزارت صحت عامه در سطح ولایات بنام پروگرام انکشاف خدمات صحی در ولایات روی دست گرفته شده که نظر به شرایط جغرافیایی، امراض منطقوی و تعداد نفوس منطقه، تطبیق پروگرام از يك ولایت به ولایت دیگر فرق میکند گفته میتوانیم که پلانهای وزارت صحت عامه بصورت کل پلانهای ولایتی میباشد، سعی ما بران است تا زمان استقرار صلح و امنیت در کشور برنامه های صحی وزارت صحت عامه را از قراء و قصبات بطرف مرگز آغاز کنیم به این معنی که در قدم اول باید در قریه ها به تاسیس مراکز صحی اقدام شود و بتوانیم در حدود پنج تا ده هزار هموطن محروم و بی بضاعت خویشرا از خدمات صحی بهره مند سازیم و در راه تطبیق این پلان امور تداوی امراض، پروگرام واکسنیشن، حمایه

تربیه نموده به داخل کشور اعزام داشته ایم و بیش از (۱۲۰) کلینک صحنی در داخل کشور از طرف وزارت صحت عامه تاسیس شده که در ولایات مختلف فعالیت می نمایند.

مشکل دوم عدم امنیت است برخورد های داخل و تضادات منطقوی نیز گاه گاهی باعث ایجاد مشکلات میگردد. مشکل دیگر عدم تسهیلات مواصلاتی است کارکنان و هیئات های صحنی ما از راه های صعب العبور میگذرند و پس از مشکلات زیادی به نقاط شمالی و مرکزی کشور میرسند.

نداشتن بودجه کافی مشکل دیگریست که سد راه تطبیق برنامه های وزارت صحت عامه در داخل کشور میگردد البته درین مورد به بعضی از موسسات خیریه مانند (W.H.O) و ملل متحد و مراجع دیگری که کومکهای بی قید و شرط مینمایند مراجعه نموده ایم امیدواریم به توفیق خداوند (جل جلاله) همه این مشکلات رفع گردد.

جناب دوکتور مجددی در برابر این سوال که حکومت موقت مجاهدین در زمینه جذب و تقرر جوانان تحصیل کرده و متخصص که امروز در کشور های غربی به سرمایهبرند چه اقدامات روی دست گرفته گفت: رئیس صاحب دولت اسلامی افغانستان هدایت نموده اند که جوانان تحصیل کرده و متخصص چه در امور صحنی باشد و چه در سایر رشته ها، باید در حکومت موقت مجاهدین سهم فعال بگیرند.

جناب حضرت صاحب طی سفری که به ایالات متحده داشتند و من نیز به معیت شان بودم در ایالات مختلف امریکا بابیش از (۵۰۰۰) تن دانشمند (۲۳ص) افغان تماس گرفتند و به آنها هدایت دادند تا در

طفل و مادر، تهیه آب نوشیدنی، حفظ الصحنه محیطی، تبلیغات صحنی و عرضه خدمات صحنی مدنظر گرفته شود بعداً در علاقه داری که نفوس بیشتر دارد به تطبیق همین پروگرام میپردازیم اما به سطح بلند تری، یعنی امریکه در یک مرکز صحنی انجام شده نتواند در مرکز صحنی علاقه داری صورت باید گرفت در علاقه داری ها و ولسوالی ها باید شفاخانه های چند بستری کوچک تاسیس گردد و همچنان در مراکز ولایات باید به تاسیس شفاخانه های بزرگ اقدام شود البته ولایات به تناسب نفوس در نظر گرفته میشود به این صورت میتوانیم در قدم اول به طبقه محروم و بی بضاعت خویش مصدر خدمات ارزنده صحنی شویم و این پلان صحنی که از محیط بطرف مرکز آغاز میگردد کاملاً موثر است و موسسه ملل متحد نیز برای بهبود وضع صحنی کشور های روبه انکشاف همین تجویز را اتخاذ نموده است.

محترم دوکتور نجیب الله مجددی معین اول وزارت صحت عامه در مورد مشکلاتی که سرراه تطبیق این برنامه وجود دارد گفت نخستین مشکل ما در راه رسیدن به این هدف والاکمبود پرسونل کافی است.

برادران و خواهرانی را که در طول (۱۱) سال گذشته بحیث نرس و کارکن اساسی صحنی تربیه نموده ایم یک تعداد شان شهید شده و تعداد شان بکشور های خارجی مهاجر شده اند که نسبت حملات قوای دشمن نمیتوانند به مناطق خویش برگردند. با ان هم در طول چند سال گذشته در چوکات کمیته صحنی اتحاد و بعد از تشکیل وزارت صحت عامه بیش از (۱۸۰۰) کارکن اساس صحنی را

مسئولیت خطیر ملت ما

نوشته: داکتر محمد یعقوب بارکزی، رئیس مین وزارت صحت عامه

نخست از همه ایزد متعال را سپاس گذار و مسروریم که دومین شماره مجله روغتیا در روزگاران هجرت و جهاد بدسترس خواننده گان ارجمند میرسد از خداوند رؤف برای کارکنان مجله توفیق خواسته و برای آزادی و استقرار نظام مقدس اسلامی و اعتلا و ارتقای افغانستان عزیز دعا می کنیم و به خواننده گان عزیز به عرض میر سائم که وزارت صحت عامه دولت اسلامی افغانستان به اساس نظام اسلامی در خدمات صحی بمردم خاصه مهاجر، مجاهد و اهالی قریه های دور افتاده سهم بارز خواهد گرفت.

طوریکه خواننده گان ارجمند میدانند وطن عزیز ما از نظر موقعیت مهم ستراتیژیکی در وسط آسیا دارای اهمیت خاص بوده که ازین لحاظ قوای بزرگ جهان این ملت را بحالت رکود گذاشته است. حکومت های سابق باپالیسی منحرف و سازش کارانه برای بقای خود درآبادی و اعمار وطن عزیز ما توجه نکردند و مردم بیچاره ما را بحالت خمود و جمود گذاشتند تا جز جهان سوم و ممالک عقب مانده گردیده در امور ترقی و تعالی و طرز العمل حکومت فکر نکنند چنانچه باثر بی

توجهی و عدم دادن شعور اسلامی، سیاسی، اقتصادی ملت ببلای بدبختی و فقر گرفتار و زمینه را برای نظام کمونیستی و کودتای نام نهاد روس مهیا ساختند و این زمینه سازی را برای اشغال و مداخله مستقیم قشون سرخ در افغانستان بود تا اینکه دولت ملحد روس ارمغان کمونیستی را به ملت مؤمن وارد نمود و این ارمغان عبارت از هجرت، بیشتر از پنج ملیون مسلمان در خارج از کشور و در حدود دو ملیون مهاجر مسلمان در داخل کشور قتل و شهید ساختن بیشتر از (۵، ۱) ملیون مسلمان و معلول ساختن بیشتر از پنج صد هزار نفر می باشد همچنین در عوض اعمار مملکت ویران کردن مساجد، مدارس، مکاتب، شفاخانه ها فابریکه ها تاسیسات دولتی و ازبین بردن جنگلات و زراعت و همچنین خراب کردن طرق و شوارع به ملت ما دادند روسها نه تنها در خراب کردن افغانستان اقدام کردند بلکه از قوای کمونیستی بین المللی امداد خواستند و جوامع کمونیستی بین المللی در ویرانی مملکت ما هم سهم گرفتند و آگاهانه و ناآگاهانه در تخریب مملکت و ملت ما با روس ها همکاری و مبارزه نمودند اما باوجود

این همه ظلم و استبداد و ویرانی مملکت و تباهی ملت مجاهدین عزیز مابدون در نظر داشتن توازن قوای پامای برهنه شکم گرسنه بمقابل قوای روس مبارزه نمودند و به قوت ایمان به خداوند و باسلاح دین مبین اسلام محاربه کردند و روس ها و هوا خواهان شانرا در نبرد حق برضد باطل شکست دادند تا اینکه روس ها شکست خورد و خاک پاک ما را ترك گفتند و به شکست خود اعتراف نمودند این شکست روسها مردم ازاد جهان را تکان



این هم نمونه وحشت روس در افغانستان

داده که ملت فقیری هم می تواند باعزم آهنین و اراده متین اسلامی به مقابل قوای استکباری و طاغوتی مبارزه نماید .

بتاسی از جهاد ملت ما اروپای شرقی به پابرخاستند و دیوار برلین را غلطا نیدند . رژیم دکتاتوری رومانی را از بین بردند و شعار ضد کمونست ، ضد بی عدالتی و آزادی را بلند کردند و مجسمه استبداد طاغوت و ایدیال فرسوده کمونست (لینزم) را به زمین پرتاب کردند و به آتش کشیدند شعارهای مرگ به کمونست ، نابود باد دیکتاتوری را بدون خوف اظهار و نشر نمودند این همه جهش و جنبش جهانی ضد کمونیستی از مبارزه قهرمانانه ملت مومن و قهرمان ماکه به سلاح ایمان و عقیده مجهزاند بوجود آمده است .

ملل اروپای شرقی امروز شکستن طلسم کمونیست را توسط مجاهدین افغانستان دیدند و در هر گوشه و کنار ممالک خود بمنظور آزادی و خلاصی از بند غلامی به مبارزه برخاسته اند که انشاءالله تعالی به زود ترین فرصت این جنبش جهانی در داخل روسیه طوریکه شروع گردیده به اوج خود میرسد و مسلمانان اتحاد شوروی علم جهاد را در همه شهرهای خود بلند و سرزمین های خویش را از چنگال کمونیستی خلاص مینمایند زیرا مجادله مردم مومن ما قرار گرفته شان يك زخم خونین می باشد التیام این زخم آزادی جهان از چنگال کمونست میباشد . دراین مرحله خطیر تاریخی مسؤولیت این پیروزی بزرگ اسلامی بدوش ملت شجیع افغان میباشد تا برای نیل بازادی و ارتقای وطن و خوشی روح پرفتوح شهدایی این خطه پاک بر ساختن يك دولت اسلامی و ترویج و

تعميم تمام احكام اسلامى متوجه باشد .

بحمدلله در ساحه نظامى كاميابى هاى شايان را مجاهدين كسب نموده و امروز است كه جهان به ملت مومن افغان متوجه ميباشد . يك پارچگى و وحدت را به اساس ايه شريفه (واعتصمو الجبل الله جميعا ولا تفرقوا)

و باپيروى و امتثال از خط مشى محمد (صلى الله عليه وسلم) و اصحاب آن اقدام بايد كرد ، قدرت ، چوكى مقام را زير پا گذاشته به آيه شريفه (ان اكرمكم عند الله اتقكم) يعنى بهترين شما در نزد خداوند متعال پرهيزگار ترين شما است ، عملى نماييم اگر چنين عملى را بجا نياوريد مردم باور خواهند كرد كه ملت مومن ما صرف مردمان جنگ اند و توسط جهاد توانستد كه استعمار را در وقت آن شكست داده اند اما اين مردم نه تقوى دارند و نه مى توانند وحدتى را بميان بياورند لذا در صورتيكه نتواند وحدت ، يك جهتى ، هم آهنگى و اتفاق واتحاد را بميان آورند و سرنوشت خويش را به دست خود شان بسازند در سطح بين المللى پائين خواهند آمد و كسانيكه بخواهند از اختلافات نظر وعدم اتفاق ماوعدم اتحاد مابهره بردارى نمايند زمينه براى شان مساعد خواهد بود .

امروز بايد تمام برادران مسلمان و همسنگر خود را در ساختن حكومت اسلامى تشويق نماييم و

آنچه خواسته ملت است به آن تن در دهيم و خود گذرى و اخلاق اسلامى را كه حكم اسلام است شعار خود سازيم .

امروز وزارت صحت عامه حكومت مؤقت در مرحله خطير وضع سياسى در نشر اين مجله قدم مى گذارد و خدمات صحى را طبق پلان هاى دست داشته پياده خواهد كرد و همچنين طبق (پاليسى صحت براى همه مردم) وزارت صحت عامه سامى و كوشاميباشد تابتواند خدات صحى خود را از اطراف به طرف مركز پيش ببرد .

وزارت صحت عامه در قدم اول در پياده كردن خدمات طب و قايوى و تربيه پرسونل طبى سعى و كوشش مينمايد همچنين وزارت صحت عامه در بخش خدمت به برادران معلول جهاد خويش خيلى ها متوجه بوده و مراكز مهم را در سطح هر ولايت در نظر خواهد گرفت .

در اخير دعا مى كنيم كه خداى رؤف حكومت اسلامى ما را پاينده داشته باشد و توفيق مزيد خدمت را به ما و همه ملت مومن ما بدهد تا بتوانيم به فضل و تائيد ايزد متعال يك حكومت قوى اسلامى سرتاسرى را به افغانستان بوجود آورده برقرار سازيم .

والسلام

پوازي يواسلامي دولت او حكومت كولى شي
د افغانستان قهرمان ملت شرعي او حقه ارزوكاني ترسره
كړي .

د افغانستان اسلامي دولت روغتيايي ماستر پلان

پلان د روغتيا د نړيوال سازمان له خوا تاييد شو



لاس کی نه ده خو په هغه کتنه کی چه څه موده وړاندی د روغتیا د نړیوال سازمان رئیس د افغانستان د اسلامی دولت له رئیس جلالتماب محترم پروفیسور صبغت الله مجددی سره وکړه ، جناب حضرت صاحب د روغتیا د نړیوال سازمان رئیس په دی حقیقت قانع کړ چه د افغانستان زیاته خاوره په تیره بیا کلی او باندي د مجاهدینو د اسلامی دولت په لاس کی دی او باید د روغتیا د نړیوال سازمان بشر دوستانه مرستی د مجاهدینو د اسلامی حکومت له لاری د افغانستان کلیواو بانديو ته ورسول شی په همدغه اساس د روغتیا نړیوال سازمان د افغانستان اسلامی دولت ته بلنه ورکړه تر څو خپل استازی ، د افغانستان روغتيايي چارو له پاره د روغتیا د نړیوال سازمان د رئیس د مشاور په حیث د سازمان په کلنی غونډه کی د گډون لپاره ژنیوا ته واستوی .

د عامی روغتیا د وزارت معین وویل : د اسلامی حکومت د عامی روغتیا وزارت د افغانستان عمومی روغتيايي پلان (ماستر پلان) د روغتیا نړیوال سازمان ته وړاندی کړ چه د دغه پلان له مخی روغتيايي خدمتونه له کلیونه پیل او لویو ښارونو ته پراخیږی . دغه پلان د روغتیا د نړیوال

د عامی روغتیا د وزارت معین محترم داکتر نجیب الله مجددی د روغتیا د نړیوال سازمان په رسمی بلنه ، د دغه سازمان په کلنی غونډه کی چه د ثور د شپاړسمی نه تر پنځه ویشتمی نیټی پوری په ژنیو کی جوړه شوی وه گډون وکړ . د روغتیا مجلی خبریال د محترم داکتر مجددی سره د دغی غونډی په باب مرکه کړی چه دادی وړاندی کیږی :

د عامی روغتیا د وزارت معین محترم داکتر نجیب الله مجددی د روغتیا د نړیوال سازمان (W.H.O) په کلنیو غونډوکی چه تیره میاشت په ژنیو کی جوړی شوی ، د افغانستان د اسلامی دولت د استازی د گډون په باب وویل :

د روغتیا په نړیوال سازمان کی د غړیو هیوادونو استازی په کال کی یو ځل د سازمان د فعالیتونو او راتلو نکو پلانونو په باب غونډه کوی ، سره لدی چه په سازمان کی د افغانستان څوکی رسماً د افغانستان د اسلامی حکومت په

خود را انجام نمیدهد یقیناً مورد تنفر همه واقع میشود. مقالات مؤجز خود را باین ابیات دلنشین سعدی خاتمه میدهم:

بنی آدم اعضای یکدیگر اند
که در افرینش زیك جوهراند
چو عضوی به درد آورد روزگار
دگر عضو ها را نماند قرار
تو کز محنت دیگران بیغمی
نشاید که نامت نهند آدمی

بکمال دلسوزی و طیب خاطر بهردازند هکذا در تداوی و معالجه مریضانی که قابل علاج نیستند محض به منظور دلجویی و تسلی و تسکین خاطر فاتر شان توجه بنمایند گرچه بمصداق این بیت بیدل:

«نیست در علم طبابت ضعف قسمت را علاج
طشت فکر بوعلی اینجا زبام افتاده است»
حقیقتاً قضا و تقدیر الهی لایتغیر و عمر مقدر کم و زیاد نمیشود زیرا (همه محکوم حکم تقدیریم)
اگر دوکتور وظایف ایمانی اسلامی و وجدانی

صدای محب‌الدین بهرباز میر محمد عثمان "نالان"

سرباز خاک خویشیم بادشمنان بجنگیم
در جبهه تهاجم، طوفان موج بحسرم
هستند دشمن دین کفار پست بی‌دین
ای دشمن حقیقت وی خرس بیروت
پروانه وار سوزیم برگرد شمع میهن
با خصم پرزگینه هستیم در ستیزه
بزدل پشیر شوزه بازی مکن چو روباه
نوشین چو قند باشیم دایم بکام یاران

در چشم و قلب دشمن چون دشمن و جنگیم
در قوه و تحکم فولاد و خار و سنگیم
ما هم عدوی روسیم هم دشمن فرنگیم
مگر صلح می‌خواهی حاضر برزم و جنگیم
بر هر گل طسن ما عاشق تراز پتنگیم
داریم خوش عقیده با تو پت و با تفنگیم
قلب تو پاره سازیم ما عسکر زرنگیم
ور کام خصم ناکام چون بهلبل و شرنگیم

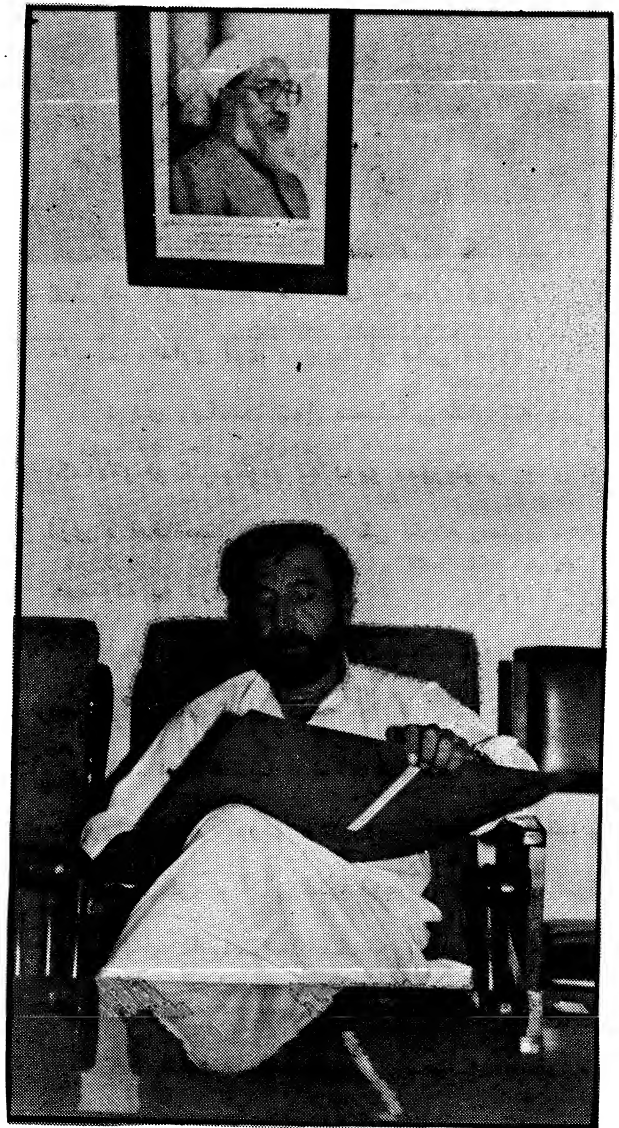
ما اندرین گلستان چون عندلیب "نالان"

عالم بدین و مذهب پابند نام و ننگیم

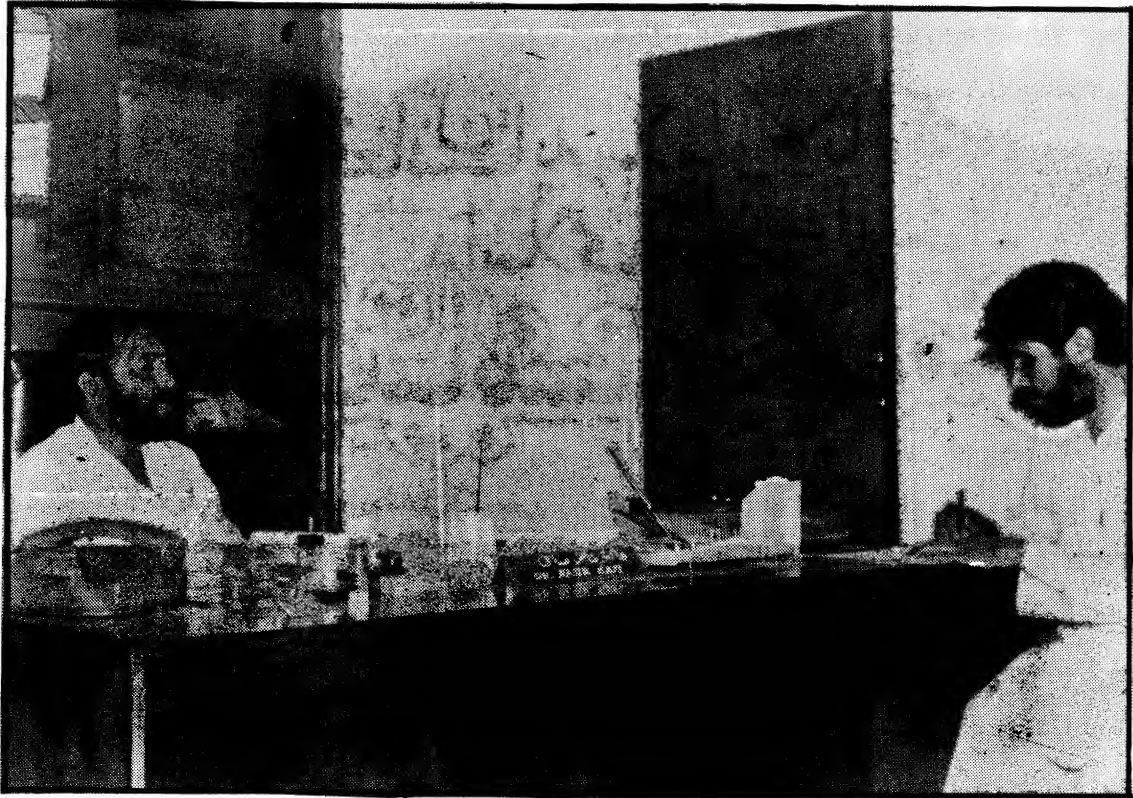
د افغانستان بېلابېلو ولاياتو کې د اسلامي حکومت له خوا د روغتيا بنسټيزو خلكو خدمتونو

د افغانستان د اسلامي دولت د تاسيس او د اسلامي مؤقت حکومت په چوکاټ کې د عامې روغتيا د وزارت د فعاليدونو په پدېخوا يوسل او دولس روغتيايي کلينیکونه د روغتيا د بنسټيزو خدمتونو د رياست لخوا د هيواد په بېلا بېلو ولاياتو کې تاسيس شوي چې يو زر او شپږ سوه تنه روغتيايي کارکوونکي پکې د خلکو د روغتيايي حالت د ښه والي او هغوی ته د روغتيا د بنسټيزو خدمتونو درنده فريضه سرته رسوي .

دغه مطلب د عامې روغتيا د وزارت د روغتيا د بنسټيزو خدمتونو رئيس محترم داکتر ناصر صافي د روغتيا مجلې له خبريال سره په مرکه کې څرگند کړي . کله چې د مجلې خبريال د محترم داکتر صافي څخه غوښتنه وکړه ترڅو د روغتيا د بنسټيزو خدمتونو د رياست د کار او فعاليت او اداري جوړښت په باب توضيحات ورکړي ، هغه وويل : د روغتيا د بنسټيزو خدمتونو رياست هغه يوازينی رياست دی چې ټول فعاليتونه يې د هيواد په داخل کې روان دي . دا رياست د عامې روغتيا د وزارت نه وړاندې تاسيس شوی او د خلکو د



محترم داکتر ناصر صافي



د روغتیا د اساسي خدمتونو رئيس د مجلي له خبريال سره د مرګي په حال کې

مدیریت، اداري لوی مدیریت او مالی مدیریت .

د دی ریاست ټول مسلکي کارونه چی د اکمالاتو او کلینیکونو په لویو مدیریتونو پوری اړه لری د افغانستان په داخل کی سرته رسیدی . دغه خدمتونه په دری ډوله دی :

۱ - د نویو کلینیکونو تاسیس او په دوامدار ډول د هغو اکمال او تقویه کول .

۲ - د روغتیا د هغو اساسي کارکوونکو مقررول او په کارونو ټاکل چی د عامی روغتیا په انستیتوت کی ئی د روغتیا لومړنی زده کړی سرته رسولی او د اساسي خدمتونو ریاست ته معرفی کیدی .

۳ - د باندنیو خیریه موسساتو نه مرستی اخستل او د جهاد قوماندانانو ته د هغو عرضه اورسول .

روغتیائی حالت د ښه والی او هغوی ته د روغتیا د اساسي خدمتونو د رسولو ستره فریضه ئی سرته رسوله چی د دغه ستر خدمت د سرته رسولو په لار کی ځینو خیریه موسسو زمونږ سره ښی قیده او ښی شرطه انساني مرسته کړی چی د ایم ، اس ، ایچ د موسسی مرستی په دغه لړکی د یادونی وړدی . د مؤقت اسلامی حکومت د تشکیل او دعامی روغتیا د وزارت د جوړښت نه وروسته دا ریاست دعامی روغتیا په وزارت پوری وتړل شو او خپل ټول فعالیتونه ئی د مجاهدینو د اسلامی حکومت په چوکاټ کی مدغم کړل .

داکتر صافی د روغتیا د اساسي خدمتونو د ریاست د اداري جوړښت په باب وویل : دا ریاست څلور عمومي مدیریتونه لری چی عبارت دی له : د اکمالاتو عمومي مدیریت - د کلینیکونو عمومي

د روغتيا د بنسټيزو خدمتونو رياست د خپل تاسيس له وخت نه تر اوسه پورې د هيواد په داخل کې يو سل او دولس روغتيايي کلينيکونه دايښتلي، اس، ايچ، د خيريه موسسې په مرسته تاسيس کړي چې د دغو کلينيکونو د اکمال او تقوئي لپاره د عامې روغتيا د وزارت د جوړښت نه راپدې خوا ۲۶ زره نه سوه ۲۵ کيلو گرامه درمل چې مجموعې بيه يې اوه ميلونه دوه سوه اتيا زره کلداری کيږي ورکړل شوي دي. د هيواد داخلي کلينيکونه د هرو شپږو مياشتو لپاره اکمالپړي خو که د کلينيکونو فعاليت زيات وي او مربوط سيمه هم لري وي نو د کال سهميه درمل يې په مجموعې ډول ورکړل کيږي او د يو کال لپاره د خلکو آسانتياوي برابرولي شي. د مرستو دوهم شکل د هيواد په مختلفو سيمو کې د روغتيا د هغو کارکوونکو اکمالول دي چې د هيواد په بيلا بيلو برخو کې د خدمت لپاره مؤظف شوي دي او شمير يې له يو زر او شپږ سوو تنو څخه زيات دي. چې له دغه شمير څخه د وزارت د تاسيس له وخته تر اوسه پورې زيات شمير کارکوونکي د دوهم ځل لپاره هم اکمال شوي دي. په مجموعې ډول دغو کارکوونکو ته د دوه ويشت ميلونو پنځه سوه زرو کلدارو په مجموعې بيه يوسل او دوه څلوېښت زره نه سوه نوي کيلوگرامه درمل ورکړل شوي او اړوند و سيمو ته د دغو درملو د رسولو لپاره څه د پاسه اويا ميلونه اوه سوه زره افغاني په مصرف رسيدلي دي.

دغه راز د عامې روغتيا د وزارت د تاسيس نه راپدېخوا پنځه شپيته کيڼونه چې ټوله اندازه يې څلور زره څلور سوه پنځه ويشت کيلو گرامه درمل

کيږي د مقدس جهاد قوماندانانو ته ورکړي شوي چې د دغه مقدار د رسولو لگښت څه د پاسه دوه ميلونه اته سوه اولس زره افغاني او ټوله بيه يې اوه سوه اتيا زره کلداری دي.

په عام ډول د وزارت د جوړښت نه راپدېخوا دايښتلي، اس، ايچ، موسسې يوسل او څلور او يا زره دري سوه څلوېښت کيلوگرامه درمل د اساسي خدمتونو د رياست له لارې د افغانستان داخلي کلينيکونو او د جهاد قوماندانانو ته وراستولي دي. محترم ډاکټر صافي د داخلي کلينيکونو د ادارې تشکيل په باب وويل: د روغتيا داخلي کلينيک په يو تن ډاکټر، دوو تنو نرسانو، دوو تنو محافظينو او يو تن مستخدم باندې مشتمل دي. البته دغه تشکيل د سيمي د نفوسو د زياتوالي او د کار په تناسب پورې اړه لري.

د روغتيا د اساسي خدماتو رئيس د هيواد داخلي کلينيکونو ته د درملو د نوعيت او ډاچه کومو کارکوونکو ته درمل ورکړل کيږي وويل:

د هري سيمي د امراضو د په نظر کې نيولو او د نفوسو په تناسب درمل هغو روغتيايي کارکوونکو ته ورکړل کيږي چې خلکو ته روغتيايي مرستې په ښه ډول رسولي شي. د درملو په توزيع کې د روغتيا د اساسي کارکوونکو طبي معلومات او مسلکي مهارتونه هم په نظر کې نيول کيږي.

محترم ډاکټر ناصر صافي د اساسي خدمتونو د رياست د راتلونکي پلان او پروگرام په باب وويل:

زمونږ په راتلونکي پلان کې د هيواد په لسو ولاياتو کې د عامې روغتيا د رياستونو په چوکاټ

او د عامی روغتیا د امریتونو څارنه وکړي او د هغوی اړوند مشکلات ورته حل کړي .

د روغتیا د اساسی خدمتونو رئیس د ډاکترانو او مسلکی پرسونل د تقرر د شرایطو او مشخصاتو په باب د یوې پوښتنې په ځواب کې وویل:

مونږ د دې لپاره چې د طب په مسلکي ساحه کې د ډاکترانو او مسلکي پرسونل په باب له اشتباهاتو مرتکب نه شو، د هغوی د مسلکي درجې د ټاکلو لپاره یوې سب کمیټې ته معرفي کوو او وروسته له هغه چې یو ډاکتر او مسلکي غړی د سب کمیټې له ازموینې بریالی وو، د تقریر په برخه کې یې اقدام کېږي. د سب کمیټې له موافقې نه غیر هیڅوک مقرریږي نشي. دغه کار تر اوسه پوری لږېږي یوې نتیجې ورکړې او هر چاته د هغه د لیاقت او استعداد مطابق وظیفه سپارل شویده.

کې د اساسی خدمتونو آمریتونه او د روغتونو تاسیس په نظر کې نیول شويدي چې انشاءالله د روان کال تر پایه پوری به په دغه سپیڅلي هدف کې بریالی شو د عامی روغتیا پلان په دوو مهمو برخو ویشل شوی دی .

۱ - معالجوی طب: چې د هیواد په داخل کې د روغتونو د تاسیس او فعالیت او د هغو اداره کول دي .

۲ - د روغتیا بنسټیز خدمتونه چې په ټولو ولسوالیو او ګڼ شمیر نفوس لرونکو کلیو کې د کلینیکونو تاسیس او د تاسیس شویو کلینیکونو د بشي ادارې او نظم اونسق څخه عبارت دي .

محترم ډاکتر صافی د هیواد په داخل کې د روغتیايي چارو د ګټورتیا لپاره د هیواد په د ننه کې د داسې یوې ادارې جوړښت ضروري وباله چې د هیواد په د ننه کې د ټولو روغتیايي کلینیکونو

برنامه انکشاف خدمات اساسی صحی

ژمنه نیز با بعضی از نمایندگان کشور های دوست در میان گذاشتیم. حکومت جاپان درینمورد به هیئات حکومت اسلامی وعده هرگونه همکاری داده است. حکومت آلمان مصمم است تا (۲۵) تن از متخصص افغانی را که در رشته های مختلف تحصیل نموده و فعلا در انگلشور بسر میبرند بدولت اسلامی غرض خدمت در ساحات مختلف جهت آبادانی کشور شان معرفی نماید.

امبار مجدد کشور شان سهیم شوند. دانشمندان افغانی به رهبر محبوب شان اطمینان دادند که در رشته های تخصصی شان به کشور و هموطنان مظلوم شان خدمت خواهند کرد.

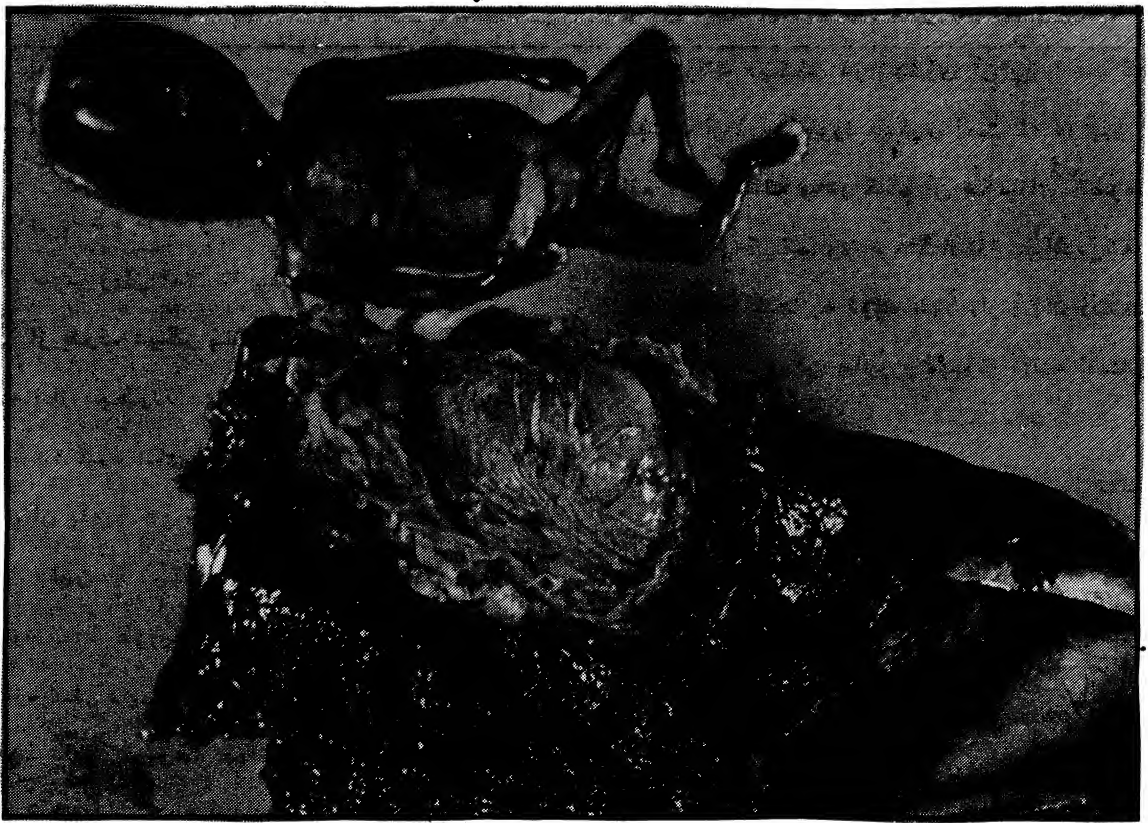
موسسه ملل متحد تحت پروگرام (I.O.M) به جوانان تحصیل کرده که میخوانند در اعمار مجدد افغانستان سهم گرفته و مصدر خدمات شوند مدد اساسی را نیز قایل شده است. این موضوع را در

چشمه دل باز کن که جان بینی
آنچه نادیدنیست آن بینی
دل هر ذره را که بشکافیم
آفتابش در میان بینی

موجودیت و حمل

در دامن جگر

دکتر عبد العزیز شا کریم زاده



فیکون بوده که همه چیز صرف در حیطه قدرت
اوست و هر کار بحکم «شوپس میشود» به امر آن
یکتای بی همتای لاشریک بی نیاز لایزال صورت
میگیرد و بس!

انسان باوجودیکه يك مخلوق بسیار عالی و
پیش رفته بوده و خداوند (ج) توانائی و درك

برگ درختان سبز در نظر هوشیار

هر ورقش دفترست معرفت کردگار

خداوند یکتای قدیر که با قدرت بالغه خویش

کائنات و مخلوقات را خلق کرده است توانای کن

خویش را در برابر اسرار کائنات و مخلوقات خداوند (جل جلاله) می بیند .

چنانچه در مثال ذیل دیده میشود که اتم Atom از دو کلمه یعنی (A) که در لاتین به معنی نه و تم (Tom) یعنی شکستن است بوجود آمده که مجموعاً مفهوم غیر قابل شکست را میرساند . یعنی اتم خورد ترین ذره يك ماده است که دیگر قابل تجزیه و شکست نمیباشد .

ولی همین که مسئله شکستن اتم حل گردید یعنی ثابت شد که اتم قابل شکست و تجزیه است مجهولات دیگری در پهلوی آن پیدا شد که ان عبارت از ذرات خورد دیگری است که در بین خود اتم قرار داشته و هر کدام آن ها دارای خصوصیات فیزیکی و کیمیای جداگانه میباشد که این خصوصیات آنها به نوبه خود راز و اسراریست که انسان در قبال آن عاجز و مبهوت مانده است و به همین ترتیب در سایر موارد .

بخاطر اینکه از اصل موضوع دور نشده و خواننده عزیز ملول نگردد برمیگردیم به موضوع اصلی که عبارت از موجودیت حمل یعنی نشو و نما جنین در داخل جگر میباشد .

واقعات حمل مخفی یا (Ectopic Pregnancy) که عبارت از موجودیت حمل در خارج از رحم و در جوف بطن میباشد راپور داده شده است ، ولی موجودیت حمل در داخل جگر موضوعی است تازه و بکر که شاید برای خوانندگان گرامی قابل باور نباشد در حالیکه این يك واقعیت است .

بنده این موضوع را از مجله طبی (JAMA)

The Journal of the American Medical Association

عجیبه به او داده است ، بازهم در برابر اسرار بی حدوبی حدود کائنات و مخلوقات که خداوند (جل جلاله) انرا به حکمت بالغه خویش آفریده است ، آنقدر خورد و ناتوان بوده که هیچ تصور شده نمیتواند .

از همین رو این بنده ناچیز به هیچ وجه طرفدار این نکته نیستم که گویا انسان به طرف تکامل پیش میرود چه پیشرفت ساینس و تکنالوژی روز به روز این حقیقت را برملا میسازد که این انسان عاجز و ناتوان علاوه بر این که بطرف تکامل پیش نمی رود بلکه هنوز هم در بحر اسرار کائنات و مخلوقات خداوند (جل جلاله) فرورفته و خویش را گم کرده و نمیداند که او چه بوده و به کدام صوب روان است تا پیشرفت بطرف تکامل ؟

از طرف دیگر باکشف يك راز که گویا يك گره بناز میگردد دیده میشود که در بین گره پياز شده گره های دیگری وجود دارد که در هر کدام ان بنوبه خویش راز ها و اسرار دیگری نهفته است . این را میتوان باقطر و محیط يك دایره تشبیه نمود طوریکه اگر قبول کنیم معلومات ما به اندازه قطر دایره باشد پس مجهولات مابه اندازه محیط دایره مربوطه خواهد بود که در این صورت اگر قطر دایره به اندازه يك واحد افزود گردد محیط آن چند واحد زیاد خواهد شد یعنی همزمانیکه معلومات ما به اندازه يك واحد زیاد میشود مجهولات ما به اندازه چندین واحد زیاد میگردد که البته این خود نشان دهنده آنست که انسان بطرف تکامل پیش نرفته بلکه به طرف نقطه روان است که در انجا ضعف ، ناتوانی و عجز

Feb 10, 1989 Vol 261, No. 6

صفحه (۹۰۲) را با فوتوی طفل و جگر مربوط چاپ شده بود انتخاب و ترجمه نمودم که قرار ذیل است :

موجودیت حمل در داخل جگر

يك خانم سیاه پوست که (۲۲) سال داشت برای تکمیل معاینات جهت تثبیت حمل خارج رحمی به شفاخانه پوهنتون لاوا (Lowa) فرستاده شد. يك ماه قبل از اینکه خانم به شفاخانه پوهنتون مذکور فرستاده شود در نزدی معاینه التراسوند (Ultrasound) بطنی در شفاخانه محلی صورت گرفته بود که دلالت بر موجودیت يك حمل چهار ده هفته (سه و نیم ماهه) در بین جگر و گرده راست میکرده ولی بامعاینه رحمی که توسع و کورتاژ (Curettage) نیز در آن صورت گرفت معلوم شد که رحم کاملاً خالی بوده و جنین در بین آن وجود ندارد.

بامعاینات فزیک در بطن خانم کدام کتله جس نمی شد. معاینات خون بشمول الکترو ولایت و تست های کبدی نورمل بوده در حالیکه معاینه ادرار موجودیت حمل را در خانم مذکور تائید میکرده.

در معاینه التراسوند (Ultrasound) نفیر ها و تخم دان ها نورمل و يك حمل مخفی در فص راست کبد دریافت گردید. جنین حالت نورمل داشته و حرکات اطراف و قلب آن مشخص گردید. در جنین

کدام انومالی یا چیز غیر نورمل دیده نمیشد هم چنان مایع امنیوتیک نورمل و پلاسنتا در نسج جگر تثبیت گردیده بود.

بامعاینات (Magnetic Resonance (MR), (Computed Tomography (CT) قسمت های مختلف بدن طفل بااسکلایت وی مشخص گردید. هم چنان معاینات مذکور نشان داد که کلیه راست بطرف پائین رانده شده و جنین توسط نسج پرنیشیم کبد احاطه گردیده است.

چون در اثر نشو و نمای جنین خطر پاره شدن کبد و خون ریزی حاصله از آن متصور بود لذا تصمیم گرفته شد تا بطن باز شده و طفل از جگر ما در بیرون ساخته شود. توسط يك عمل جراحی بطن پاره باز شده و خریطه حمل که در داخل نسج جگر قرار داشت نیز باز گردیده و جنین از بین آن بیرون ساخته شد. در هنگام بسته نمودن حمل سروی خون ریزی شدیدی در پلاسنتارخ داد که باوجود کوشش های زیاد و همه جانبه خون ریزی مذکور توقف داده شده نتوانست، بناء تصمیم گرفته شد تافص راست جگر کاملاً برداشته شود. پلاسنتا نورمل بوده و جنین تمام مشخصات يك طفل (۱۴) هفته را که در داخل رحم نشو و نمایکند نشان میداد.

خانم مذکور در روز هشتم بعد از عملیات از شفاخانه رخصت گردیده و به زندگی نورمل خویش دوام میدهد. —



روغتيايي لارښوونې

دوکتور احمد جان محمد

(ساراناسته Diarrhoca)

۳ - یو ماشوم چی په ساراناسته اخته وی

غذاء ته هم ضرورت لری .

۴ - که چیری ساراناسته د معمول نه زیاته

وی نو د یوه مسلکی شخص مرسته په کار ده .

۵ - کوم ماشوم چی د ساراناستی نه روغ

شوی وی هم تر کمه تریوی اونی پوری زیاتی غذا

ته ضرورت لری .

۶ - د درملو استعمالول بيله فنی او مسلکی

شخص دلار ښوونی نه ندی پکار .

۷ - د تی په شدو ورکولو ، شری په ضد

واکسین ، د ټټیو څخه په گټه اخستلو ، د ډوډی او

د څښلو اوبو په پاک ساتلو او له ډوډی نه د مخه

په لاس مینځلود ساراناستی نه مخنیوی کیدای شی .

مرستدوی معلومات :

۱ - ساراناسته ماشومان د هغو د وجود

څخه د زیاتو مایعاتو د ضایع کیدو پواسطه وژلی

شی نو لازمه ده له هغه ماشوم سره چه

ساراناسته ولری د ډیرو مایعاتو په ورکولو مرسته

وشی .

- ساراناسته خطرناکه ده ، د هرودو سو و

ماشومانونه یوئی د ساراناستی له کبله مری .

ساراناسته چی د وجود د اوبو د کمید و

سبب کیږی هر کال نږدی دوه نیم ملیونه ماشومان

وژنی همدغه راز ساراناسته دلوری وهنی

(سؤتغذی) غوره سبب دی . پدی ټاپی کی دغه اوه

لمړنی پیغامونه^۱ ټولو کورنیو او ټولنو سره مرسته

او د ساراناستی له کبله د ټولو مړینو او لوږی

وهنی مخنیوی کوی .

د ساراناستی غوره عوامل کمزوری روغتیا

ساتنه او د څښلود پاکو او خوندي اوبو نشتوالی

دی .

د هر دولت دنده ده چی د دغو ستونځو په

لری کولو کی له ټولنی سره مرسته وکړی .

لمړنی پیغامونه :

۱ - ساراناسته ماشومان د هغوی د وجود

څخه د زیاتو مایعاتو په ترلاسه ورکولو سره

وژنی ، نوډا ضروری ده کوم ماشوم چه په

ساراناسته اخته وی باید ډیر مایعات وڅښی .

۲ - کله چی تی خوږونکی ماشوم په

ساراناسته اخته شی ، نوغوره ده چی ماشوم ته د

تی ورکول جاری وساتل شی .

- ساراناسته د وجود د اوبو د کموالی له کبله (پدی معنی چی اوبه د ماشوم څخه ډیری ځی) ماشوم مری، کله چی ساراناسته پیل وکړی ضروری ده چی ماشوم ته د زیاتو اوبو په ورکولو د اوبو کموالی جبران کړی.

- لاندینی مایعات چی د اوبو د کمښت د مخنیوی لپاره مناسب او وږدی دادی.

- د مور شیدی.

- هغه او بلن مواد چی دغلی دانی او اوبو د ایشیدو څخه لاس ته راشی.

- ښوروا (سوپ).

- دوریجو اوبه.

د ټولو هیوادو په در ملتونو، هتیویا روغتیائی مرکزونوکی، اوبلن مواد چی د

ساراناستی په وخت کی ماشومانو ته ورکول کیږی شته چی د (ORS) یا (دفسی د اوبو د اعادی پاکتونو) په نامه یادیږی، دغه مالگین مواد د ټاکلی اندازی پاکو اوبو په ورکولو (د پاکت لپاسه لیکلی دی) د ساراناستی د درمل په توگه په ساراناسته کی د اوبو د کموالی مخنیوی کولای شی.

پام کوی چی (ORS) د شیدو، سوپ (یخنی ښوروا) د میوو د اوبو سره گډه کړی ا د ساراناستی لپاره اغیزمن مواد د اتو قاشقو بوری (شکری) اویوی قاشقی مالگی په یو لیتر پاکو اوبو کی د یو ځای کولو پواسطه لاسته راوړلای شی.

کهر د پورته ذکر شوو مواد و څخه یو ئی



ویزت اطفال در مشفاخانه شهید سید عبد الله.

هم نه وی نو د لاندینیو مواد و څخه گټه اخیستلای شی :

د میوو تازه عصاره (شربت)

ضعیف چای نه ټینگ چای .

دشني کوپری (Coconut) اوبه

- که هیڅ شی پیدا نه شی نو پاکي اوبه

ورکړی (که امکان ولری وئ ایشوی او سپی ئی کړی) .

- د دی لپاره چی د اوبو د ضیاع مخنیوی

وکړی (د ماشوم د وجود څخه) په هر ځل ساراناسته کی د دغو اوبلنو مواد و څخه په لاندی ډول ورکړی .

د دوه کلنی کښته ماشوم ته د پیالی نیمه

یا څلرمه برخه .

لویو ماشومانو ته نیمه یا یوکه پیاله ورکړی .

باید اوبه په پیاله یا گیللاس کی ورکړل

شی (نه د چوشک پواسطه ځکه گرانه ده چی پاک شی) که چیرته ماشوم کانگی کوی د لسو دقیقو لپاره انتظار وکړی او بیا ئی ورکړی ، ماشوم ته لږ لږ او په وړو گوتونو اوبه ورکړی .

تر څو چی د ماشوم ساراناسته ودریږی له

دریو نه تر پنځو ورځو پوری زیات او بلن مواد ورکړی .

۸ - کله چی د موردتی پوری ماشوم

ساراناسته ولری ، ښه داده چی تی ورکولو ته دوام ورکړی .

که چیری د تی پوری ماشوم په ساراناسته

اخته وی ، نه یوازی تی رود لوته دوام ورکړی

باید لازیات ئی کړی . که چیرته ماشوم ئی رود لی

نه شی ښه به وی چی په پاکه پیالی کی شیدی ولوشی او بیا ئی ماشوم ته ورکړی .

که ماشوم پوږی یا دغواو شیدی خوری

باید د نورو نورمالو مایعاتو په نسبت ډیری ، آن

چی دوه چنده پاکي اوبه ورکړی شی .

یو ماشوم د ساراناستی سره سره غذا ته

اړتیا لری .

پخوا داسی ویل کیدل کوم ماشوم چی

ساراناسته ولری غذا او اوبه دی ورنکړای شی .

دغه لارښود نه غلطه ده ، غذا د ساراناستی د

ودریدلو سبب کیدای شی همدغه راز ، ساراناسته د

سختی لوږی وهنی (Malnutrition) سبب کیدای شی

خود امله چه که میندی او پلرونه د ساراناستی

په وخت کږ او د هغه نه وروسته د غذا ورکولو

کوښښ جاری و نه ساتی .

یو ماشوم د ساراناستی د لرلو په وخت کی

ښه اشتها نلری ، نوپه لمړی سر کی تغذی سخته

وی ، خو ماشوم دی لدی سره سره د هغه د

خوښی خوراکی شیانو ته په کم مقدار کی وهڅول

شی .

کوم ماشوم چی جامله مواد خوړ لی شی

باید پاسته ، ښه گډ شوی ددانو او لوبیا و ، دغلی

او غوښی یا ماهی چی ښه پاخه شوی وی ورکړی

شی . دغلی دانی اوسابو مخلوط ته دوه یا دری

قاشقی غوړی هم ورزیات کړی همدارنگه د ماشوم

لپاره ماسته او میوی (کومی چی روښانه رنگ

ولری لکه ، کیله ، آم) ورکړی شی . غذا باید ورته

تازه تیاره شی او ماشوم ته دی د ورځی ۶ - ۵

ځلی ورکړل شی) .

- که چیری سارناسته دعادی نه زیاته
شی د فنی کسانو مرسته ضرور ده .

- میندی او پلرونه دی په لاندی حالاتوکی
بیله ځنډه د روغتیائی کارکوونکی نه مرسته
وغواړی .

که د بدن اوبه ئی کمی شوی وی ، ځنی
نبی ئی دادی :

- ننوتی سترگی

- سخته تنده

- کله چی ماشوم ژاړی اوبکی ئی په مخ
نه راځی .

- تبه لری .

په نور مال ډول نه خوری او نه څنبی او
پرله پسې کانگی کوی .

په هر یوه یادوه گړیو کی څو ځلی ساراته
ځی (اوبلن)

وینه د ناستی سره وی (Dysentery پیچش)

- که چیرته کوم ماشوم دغه نخبسی ولری
نو د یو طبی کارکوونکی مرسته دی ډیر ژر ولټوله
شی ډاکتریا روغتیایی کارکوونکی به ماشوم ته یوه
مایع چی د مخصوصه د فمی ریهایدیشن مالگو
څخه جوړه شوی وی ورکړی . پدی وخت کی
کوښښ وکړی چی ماشوم ئی وڅنبی .

- کوم ماشوم چی د سارناستی نه ښه
کیږی هره ورځ لږ تر لږه تریوی او ئی زیاتگی
غذا او خوراک ته ضرورت لری .

- د سارناستی د ودریدونه وروسته زیاتگی
غذا ډیره ضروری ده . پدغه وخت کی ماشوم
ډیره اشتها لری اولږ تر لږه تریوی اونی هره ورځ

زیاته غذا خوړلی شی دا به د ماشوم سره د هغه
د ناروغۍ د مودی د نه خوراک جبران وکړی
کومه چی د ناروغی په وخت کی اشتهای کمه
وه . یو ماشوم د سارناستی نه هغه وخت روغ
گڼل کیږی چی بیرته همغه وزن ترلاسه کړی کوم
ئی چی د ناروغی نه مخکی درلود .

- د مورشیدی له ناروغۍ نه د ژر رغیدو
سبب کیږی .

- درمل بیله یوه روغتیائی کارکوونکی د
هدایت او لار ښوونی نه باید استعمال نشی .

- د سارناستی لپاره ډیر درمل یایی گټی
دی او یا ضرر رسوی ډیر وخت په یو څو ورځو
کی سارناسته پخپله پخپل سرښه کیږی . اصل خطر
سارناسته نه بلکه هغه مایعات دی چی ماشوم ئی
له لاسه ورکوی .

یوه ماشوم ته تر هغی چی کوم روغتیائی
کارکوونکی لارښوونه نه وی کړی گولی اویا نور
درمل مه ورکوی .

- له سارناستی نه د مور د شیدو پواسطه ،
د شری په مقابل کی د معافیت ، د ټټیو د
استعمالولو ، د ډوډی او اوبو په خوندي ساتلو او
د ډوډی سره د لاس وهلو څخه د مخه د لاسو په
منځلو سره مخنیوی کیدای شی .

- سارناستی د هغو مکروبو نو پواسطه کوم
چی د غایطه مواد و څخه خولی ته ننوزی ، دغه
مکروبونه د اوبو ، ډوډی ، لاسو ، خوړو ، څښلو ، د
مچانو او په هغه چټلیوکی کومی چی د گوتو د
نوکانو لاندی وی خپریدی شی ، د دی لپاره چی
سارناستی نه مومخنیوی کړی وی د ماشوم خولی

ته د مکروبونو د ننو تلو مخه باید ونیول شی .

- غریبی او د اساسی خدمتونو کمی لکه د

خېښلو د خوندي او پاکو اوبو کمښت دا معنی لري

چی ډیرو کورنیو ته گرانه ده چټ د ساراناستی

مخنیوی وکړی . خو ډیری اغیزمنی لاری ئی دادی :

- ماشوم ته د ژوند په ۶ - ۴ لمړنیو

میاشتو کی د مور شیدی ورکړی (د مورشیدی

کولی شی چی ماشوم د ساراناستی او نورو

ناروغیو په مقابل کی وساتی) .

- د ژوند په لمړنیو ۶ - ۴ میاشتو کی ورته

پاک ، مغزی ، ښه میده شوی نیم جامد خوراک او

همدارنگه ورسره د مورشیدی ورکړی .

- چه چیرته پوډری او یا دغوا وشیدی ورته

ورکوی نو په یوه پیاله کی ورکول ئی ښه دی نه

په بوتل کی .

- پاکي او خوندي (د شاه اوبه ، د چینو او

د سیند او به باید وایشولی شی) اوبه وڅښی .

- تل ټټی د غایطه موادو د خوندي کولو

په غرض استعماله کړی او پدی پوه شی چی د

کوچمیانو غایطه مواد په خوندي او ډیران کی

واچوی او یاسمدلاسه ښخ ئی کړی ، د ماشومانو

غایطه مواد د غټانو په پرتله زیات خطر لری . د

ټټیو د استعمال نه وروسته او د خوړنی د

موادوسره د لاس کولو نه د مخه سمد لاسه

لاسونه موپه صابون ومینځی .

خوړنی مواد او اوبه پټ (پوښلی) وساتی

تر څو د مکروبونو نه خوندي وی . د امکان په

صورت کی غذائی مواد باید ښه پاکه او د خوړونه

لږ د مخه تیار کړی . باید وخت پری ډیر تیرنه

شی تر څو مکروبونه پکی ځای ونه نیسی . ټول

اضافی مواد یا ښخ کړی یا ئی وسیخی تر څو د

مچانو او د ناروغیو د خپریدو مخنیوی وشي .

- شری د سختی ساراناستی سبب کیږی

نولدغه کبله د شری په ضد معافیت د ساراناستی

د دغه علت مخنیوی کولی شی . لاتر اوسه داسی

واکسین نه شته چی د عادی ساراناستی مخنیوی

وکړی .

O.R.S. یا یوه ځانگړی د خېښلوماده :

د ساراناستی په وخت کی داوبو داعادی له

پاره ځانگړی او غوره مواد O.R.S. دی .

دغه د خېښلو مواد د ډاکترانو او روغتیائی

کارکونکو لخوا د ماشوم د وجود د اوبو د کمښت

لپاره استعمالیږی خو په کورکی هم استعمالیدای

شی چی د ساراناستی د پیل نه مخنیوی کولای

شی .

د جوړولو طریقه :

- د پاکټ ټول مواد په هغه اندازه اوبو کی

چی په پاکټ لیکل شوی حل کړی . که چیرته دوه

لیتره اوبه واچوی ساراناسته لازیا توی ، که چیرته

ډیری اوبه پکی واچوی همغو مړه به ی اغیزه کمه

وی .

۲ - ښه ئی حل کړی او ماشوم ته ئی

ورکړی چی وئې چښی .

(توخی او یخ و هغه (ریزش)

توخی اوریزش په (Pneumonia) (ټټر)

بدلیدای شی ، هر کال نږدی ۲ - ۳ میلیونه

کوچنیان (بیله یو ملیونو مړینو څخه چی د دفتريا

او شری له کبله دی او د مخنیوی وړ ناروغۍ دی) مړه کیږي .

پدغه ټاپي کې څلور لمړني پیغامونه له میندواو پلرو سره مرسته کوي کوم چې په نتیجه کې ئی په ډیره ارزانه او په کمه بیه د دوی ژوند بچ کړي .

ټولي میندی او پلرونه باید پدی پوه شي چې د ټوخی اوریزش سره څه وکړي او څه وخت دیوتربیه شوی طبی کارکوونکی مرستی ترلاسه کړي . ټول روغتیائی کارکوونکی اوس د ارزانه درملو د لاس ته راوړلو جوگه دی کومی چې د ټټر د مړینو مخنیوی کوي .

لمړنی پیغامونه :

۱ - که چیرته یو ماشوم د ټوخی سره یو ځای ژر ژر ساه ایستله نو ماشوم په خطر کې دی . ضروری ده چې ماشوم ژر کلینک ته ورسول شي .

۲ - کورنۍ دی ماشوم ته تر شپږ میاشتني پوری د مور د شیدو په ورکولو ، په ښې تغذی او پوره معافیت (واکسین شوی) باور ولري چې د ټټر په مخنیوی کې مرسته کولای شي .

۳ - له یو ماشوم سره چې ټوخی ولري اویا هوا ور رسیدلی وي . د ډیرو مایعاتو په ورکولو سره مرسته وکړي .

۴ - یو ماشوم چې ټوخی او ریزش ولري تود وساتي ، باید پاکه هوا تنفس کړي نه دلوگي ډکه هوا .

مرستندوی معلومات

که چیری یو ماشوم چې ټوخیږي او د

عادی حالت نه زیاته ساه و باسی نو ماسوم په خطرکې دی . ضروری ده چې ماشوم ژر یوه کلینک ته ورسوي .

ډیر ځل ټوخی ، ریزش ، ستونی خوږ او پزی بهیدنه پخپله ښه کیږي . خو کله کله د ټټر سبب کیږي او د ماشوم ژوند تهدیدوي . د لاندی ټکو په پام کې نیو لو سره په ملیونونو ماشومان د مرحه ساتلی شو :

میندی او پلرونه دی پدی پوه اوسی چې کله کله ټوخی او ریزش د سخت انتان ښه نیولی شي کوم چې ټینگی څارنی ته اړتیا پیدا کیږي . طبی مرستی او ارزان بیه درمل هر چیرته پیدا کیږي . - د یوه ټوخیدونکی ماشوم مور او پلار دی

پدی پوه وي - چې په لاندی حالاتو کې ماشوم کوم کلینک او یا کوم تربیه شوی روغتیائی کارکوونکی ته په چالاکی ورسوي . که ماشوم ژر ژر ساه وباسي (په یوه دقیقه کې د ۵۰ ځلونه زیاته)

کله چې ماشوم ساه اخلي د سینی ښکتنی برخه (د ماشوم د ټټر د پنجری د دواړونیمائی ساحه) پی ددی په ځای چې د باندی خواته په نور مال ډول و پرسیږي د ننه ننوزي .

- ماشوم د څه شي څښلو توان ونلري .

که چیرته یو ماشوم په عادی ډول تنفس

کوي ورسره ټوخیږي ، یخ وهلی وي او پزه ئی بهیږي نو په کور کې بيله درمله تداوی کیدای شي . ډیر درملونه چې د ټوخی اوریزش لپاره په بازار کې خر څیږي بی گټی دی او یا ضرر رسوي .

- میندی او پلرونه ماشوم ته په لمړنیو

وده شی .

۲ - له یو ماشوم سره چی ټوخی او ریزش ولری ، باید د پیرو او بلنو مواد و په ورکولو مرسته وشي . کوم ماشوم چی په کور کی تداوی کیږی باید لاندی ټکی په یاد ولری .

- تغذنی ته دوام ورکړی .

- یو ماشوم چی د مور شیدی خوری گرانه ده چی د ټوخی اوریزش د لرلو په صورت کی تغذیه شی .

له بلی خوا تغذی مهمه ده ځکه چی هم دانتان سره مجاد له کوی او هم د ماشوم وده ساتی نو ضروری ده چی د مور د شیدو ورکولو هاند جاری وساتی . ځنی وخت د ماشوم دپزی پاکول هغه ته د ښی رودنی موقع ورکوی . که کوم ماشوم ئی نشی رودلی ښه به داوی چی د تی شدی په یو پاک گیلای کی ورکړی شی .

کوم ماشومان چه د مور په شیدو نه وی تغذیه شوی لازمه ده چی په پرله پسې توگه په لږه اندازه خوراک ورکړل شی . (د نقامت) دوره د ناروغی او بی اشتهايي لامل د نیمگړی ودی غوره سبب دی ، کله چی ناروغی تیره او پای ته ورسی . تربوی اونی پوری په زیاته غذا تغذیه شی . شفا تر هغه پوره نده پوره چی کم تر کمه ماشوم هماغه وزن لاس ته راوړی چی د ناروغی په پیل کی ئی درلود .

ډیر مایعات ورکړی (Give plenty of)

(fluid) :

کوم ماشومان چی ټوخیږی او یخ وهلی وی د پیرو مایعاتو څښلوته اړتیا لری .

۴ - کوم ماشوم چی ټوخی ولری او یخ

شپږو میاشتو کی د مور د شیدو په ورکولو ، ښی تغذی ، معافیت (واکسینیشن) پواسطه د ټټر نه مخنیوی کولای شی .

د مور شیدی (Breast milk)

د مور شیدی ماشوم دانتان په مقابل کی وقایه کوی - په منځنی ډول هغه ماشومان چی د بوتلی شیدو پواسطه تغذیه کیږی د هغو ماشومانو په پرتله د ټټر سره دوه ځله زیات په کشمکش کی دی کوم چی د مور د شیدو پواسطه تغذیه کیږی دا غوره خبره ده چی ماشوم د ژوند په لمړنیو ۶ - ۴ میاشتو کی د مور په شیدو تغذیه شی .

تغذیه (Feeding)

په هر سن کی ، یو ماشوم کوم چی ښه تغذیه شوی وی ډیر کم ښائی په جدی ډول ناروغه شی او یا د ټټر نه مړشی .

دای ویتامین (Vit A) .

دای ویتامین چی په مالتو او یا ژړومیوو تور بخنو شنو پانیو لرونکو نباتاتو کی شته هم سپی د ټټر په مقابل کی ساتی .

معافیت Immunization :

که ماشوم ته له یو کلنی څخه درسیدونه مخکی معافیت ورکړل شی نو ماشوم به د معمولو انتاناتو لکه توبرکلوز ، توری ټوخلی او شری په مقابل کی وقایه وی .

- گڼه گڼه (Crowding) .

گڼه گڼه د ټوخی او ریزش په خپریدو او سرایت کی مرسته کوی کوم ماشوم چه د مور تی روی د شپی لخوا له مور سره دی بیده کیږی . خو لوی ماشومان دی باید وهڅول شی تر څو ځانله

په حالت کی . د ورځی دوه یا درې ځلی د
کړکيوپه بیرته کولو د کوټی هوا تازه وساتی خو
کوم ماشوم چی ټوخیزی او یخ وهلی وی د وچی
هوا نه وساتی .

پاکه هوا (Clean air)

کوم ماشومان چی له لوگی نه په ډک
چاپیریالکی ، که څه هم د پخلی او یاد تنباکو په
لوگی ناولی وی او سیرې په ټټر زیات اخته کیږی
او ماشوم ته نږدی لاری غور ځول او پرځی دا
خطر لا زیاتوی .

څوک چی ټوخیږی او یخ وهلی وی باید د
کوچنیانو نه لری وساتل شی .

وهلی وی گرم شی و ساتی باید پاکه هوا تنفس
کړی نه دود جنه . تبه تل د سختی ناروغی نښه
نه وی که یو ماشوم تبه ولری پاراسیتامول
(Paracetamole) یا کوم بل درمل چی تودوخی کمه
کړی ورکول کیدای شی

په تنفس کی مرسته وکړی (Help in)

: (breathing)

د ماشوم پزه باید تل پاکه شی ، خصوصاً د
شیدو رودلو او د ویده کیدو په وخت کی . پریږدی
چی واږه ماشومان په گیده پریوزی ، لمده هوا د
تنفس په اسانولو کی مرسته کوی . د یوه لوبښی نه
تبخیږیدونکی اوبه هم مرسته کوی نه د جوشیدلو

دل د مومن بزرگستان نښت
بلاغ ناستر دی بستان نښت
غمی تر سید طوفان حواش
که داندنا خدایش خدای نښت

ایمان و قساوت برپایه روزی

امت مسلمان

نوشته: ذکراة "مُجَدِّدی"

لباس نو در سرنوشت شان پدیدار گردیده است .

قیام ها و مبارزات اسلامی کاملاً جهت و خط دیگر دارد مبارزات اسلامی از بدو خلقت انسان یعنی آوا نیکه علمبرداران و منادیان برحق ان انبیا علیه الصلوة والسلام بوده اند از يك هدف مندی متعالی و انسانی نیروی شکست ناپذیر ایمان و عمل سازنده اسلامی و عقیده عمیق درونی سرچشمه میگیرد که مالک اصلی آن خداوند بزرگ بوده و همین هدایت الهی است که جامعه انسانی را بسوی تکامل والای انسانی و اخلاقی اش رهبری میکند . ملت بالایمان را عقیده بران است که خلقت انسان عبث و بیهوده نبوده بلکه روی هدف بزرگ و مقدس بنا و امر و هدایت داده شده که (عبادت کنید خدا را و اجتناب نمائید از طاغوت) و سرتعظیم جز به خالق یکتا ولا شریک خم شده نمیتواند و غیر ذات مقدسش کسی دیگر لایق پرستش و عبادت نیست تنها حکم و دستورات الهی میتواند زندگی جوامع انسانی و ارزشهای متعالی آنها در همه شئون حیاتی تضمین نماید .

خداوند بزرگ را سباسبگذاریم که به ملت مؤمن ماتوانائی و همت بخشید تا در اواخر قرن نهم امپراطوری استعماری انگلیس را درهم کوبیدند و در اوایل قرن بیست قدرت طاغوتی وسلطه گر روس را چنان به شکست و رسوائی تاریخی مواجه نمودند که دیگر توان تجاوز و حرکت را علیه ملل مظلوم برای همیشه در وجود پلیدش محو و نابود ساختند .

تاریخ بشریت شاهد تحولات و انقلابات عظیم در جهان علیه حکومت ظالم و جابر بوده که با سر نیزه و تفنگ برفرق مردم حکومت می کردند . قیام های عظیم و حرکت های آزادیبخش مردم به سقوط دستگاه های حاکمه منجر گردیده مردم توانستند خود را از شراین ستمگران و آدمکشان نجات دهند ولی بجای آنکه به خواسته های انسانی و حقیقی خود دست یابند تا بتوانند در فضای آزادی و شرف زنده گی نمایند ، بدبختی های مرگبار ناشی از اسارت و غلامی در چهره و

قرآن مجید این کتاب مقدس و اکمل الهی جوامع سرگردان وره گم را بطرف هدایت و کمال کشاند و فضای برادری، صمیمیت، اخلاص، صداقت، محبت و اعتماد را ایجاد می نماید. جز قرآن هیچ مکتبی نمیتواند عدالت اجتماعی را تضمین نماید که جوابگوی نیازها و سبب نجات واقعی و خواسته های فطری انسان باشد هر مکتبی که چنین ادعائی دارد کاملاً غلط و در اشتباه قرار دارد پیروان ادیان باطل باید مطابق او امر قرآن حمید عمل نمایند ورنه در گمراهی خسران و هلاکت ابدی میمانند که هرگز راه نجات و شاهد سعادت را نخواهند دید.

تنها اسلام است که رابطه بین اولاد و والدین، خویشاوندان، همسایگان و تمام انسان ها را به شکل اعلای آن طرح ریزی و عملی می نماید. ملت مؤمن و مجاهد افغانستان در پرتو قرآن و ایمان بخاطر آزادی، استقلال واقعی و حکومت اسلامی قربانی های عظیمی را به پیشگاه خداوند بزرگ تقدیم نموده که تاریخ جهان شاهد آنست. آزادی که شرف و عزت انسان در آن محترم و عزیز باشد نه آزادی که هر فرد جامعه چه زن و چه مرد هر چه خواهند جهت ارضای نفس اماره انجام دهند این در حقیقت لکه سیاهی است در سیمای درخشان آزادی و اسلام.

استکبار جهانی و عمال وابسته آنان تلاش دارند که در جامعه آینده کشورما قواو نوکران شیطان صفت خود را مسلط سازند تا بتوانند توسط آنها خباثت کفر و گناه را جایگزین حماسه های عظیم اسلامی مان نمایند.

ملت ما ملت متعهد و مومن است و به آنچه

کرده اند و خون داده اند ایمان و میثاق بسته اند که ارزان نخواهند فروخت و تعهد بسته اند که جز اسلام و ارزشهای متعالی آن حکومت های تحمیلی و بی بند و بار بیگانگان نمیتواند نیازها و خواسته های مشروع شان را جوابگو باشد.

ملت تاریخ ساز و آگاه افغانستان باتحمل هرگونه دشواری ها و محرومیت ها فقط امیدوار به رحمت و نصرت خداوند (جل جلاله) دوازده سال در برابر ارتش تا دندان مسلح مکتب وحشی کمونیسم و نوکران شان ایستادند تا باشد سرزمین اسلامی از لوٹ کفار و دشمنان خدا و انسانیت پاک شده و نظام الهی در حیات مردم تحقق یابد درین مقطع حساس زمانی ملت مسلمان ما و امت اسلامی شاهد يك دسیسه بزرگ و عظیم کفر جهانی علیه جهاد و ارمان اش میباشد تا این چرخش عظیم و نجات دهنده شرف و عزت انسانی را به بیراهه و مرگ بکشانند. بدون شك ما ایمان داریم و میثاق به خداوند بسته ایم راهی را که انتخاب نموده ایم تا آخرین مرزپیروزی بسوی هدف دوان دوان به پیش خواهیم رفت، هرگز خسته و مضطرب نخواهیم شد زیرا مصمم هستیم که پیروزی حتمیست چون وعده خداوند بزرگ است. و هرگز به گرگان وحشی، دزدان انقلاب اجازه نخواهیم داد که ارمان جهاد و افتخارات عظیم اسلامی ملت ما را به بیراهه و شکست بکشانند و درفش نجات بخش اسلام و حکومت اسلامی مجاهدین افغانستان که هدف اصلی این مقاومت ها و شهادت خواهی ها میباشد در کوه پایه های کشور اسلامی مان در اهتزاز نیاید مبارزه و جهاد ادامه خواهد داشت.

دانتی بیوتیکو غلط استعمال

دانتی بیوتیکو ډیر غلط، د حده زیات او بی ضرورت استعمال داویره پیدا کړیده چه امکان لری نور انتی بیوتیکونه خپل مؤثریت دلاسه ورکړی دانتی بیوتیکو د غلط استعمال له کبله مونږ نن وینو چه د میکروبونو مقاومت د هغو په مقابل کی ډیر زیات شویدی او په ساده باکتریائی ناروغیو کې ځنی اقتصادی او کم قیمته انتی بیوتیکونه هیڅ تاثیر نه کوی او ناروغان ځنی وخت مجبوریدي چه د ډیرو عادی باکتریائی ناروغیو د پاره ډیر گران (د قیمت له نظره) انتی بیوتیک واخلی لکه د حاد برونشیت د علاج د پاره د (Lincomycine, Keflex, Amoxil, Ampiclox) د استعمال . دلته غواړم چه دانتی بیوتیکو د غلط استعمال یو څو مثالونه گرانو لوستونکو ته وړاندی کړم . لکه څنگه چه مخکی مو وویل یو دانتی بیوتیکو ډیر زیات غلط استعمال دادی چه د هغه ناروغیو د پاره چه هلته د انتی بیوتیکو توصیه کول هیڅ ضرور نه وی استعمالیدي چه دا کار دری ضرره لری .

الف : د انتی بیوتیک بی ځایه استعمال او د

هغو ضایع کیدل .

دا صحیح خبره ده چه انتی بیوتیک د میکروبونو په ضد یوه ډیره مؤثره وسیله ده او همدا انتی بیوتیک دی چه د ډیرو مهلکو ناروغیو مخه ئی نیولی ده اوحتی چه ځنی ناروغی ئی له منځه وړی هم دی لکه طاعون ، هماغسی چه د مختلفو ساری ناروغیو د واکسینونو استعمال ډیری هغه ناروغی چه د مختلفو معیوبیتونو او حتی مرگ سبب گرځیدلی (لکه چیچک ، پولیو ، شری او نوری) له منځه وړی او یا یی کمی کړیدی او دوقایوی طب په برخه کی ئی ډیره مرسته کړیده په همدی ډول د معالجوی طب په ساحه کی انتی بیوتیکونه هغه مهمه وسله ده چه د ډیرو انتانی او میکروبی ناروغیو او حتی معوناروغیو په ضد استعمالیدي چه یو وخت لاعلاج فکر کیدلی لکه T.B رشتیا هم که چیری په ټولو وروسته پاتی ټولنو کی د T.B ضد واکسین (B.C.G) تطبیق شسی او موجوده ناروغان یی په صحیح ډول تداوی شی نولری نه ده چه د توبرکلوز د ناروغی څخه به یوازی د هغو نوم په مغزکی پاتی شی او بس .

د همدی ځایه دانتی بیوتیکو ارزښت او اهمیت

څرگندیږی ځو په افسوس سره به دا ووايو چه

ب : د باکتریو مقاوم کیدل او د ناروغ بدن د مقاومت ښکته را تلل .
چ : اقتصادي زبان .

لاندې مثالونه د انتې بیوتیکو بی ځایه استعمال ښیي .

۱ - مونډ وینو چه په شری اخته ماشومانو ته امپی سیلین (او یا کوم بل انتې بیوتیک) توصیه کیږي پداسی حال کی چه شری یوه و بیروسی ناروغی ده او هیڅ انتې بیوتیک په کی استطبیب نلری . دلته د انتې بیوتیکو استعمال هغه دریواړه ضرره لری کوم چه مخکی مو ذکر کړل یعنی انتې بیوتیک بی ځایه او بی ضرورته استعمالیږي د ناروغ لرو نکی پیسی بی ځایه مصرفیږي او د ویروس په مقابل کی د ماشوم د بدن مقاومت کمیږي (انتې بیوتیک د امعا نارمل فلورا له منځه وړي او د B د کورنی د ویتامینونو د جوړښت مخه نیسی) .

په شری کی د انتې بیوتیکو د استعمال د پاره ځنی وخت دا دلیل وړاندی کیږي چه دلته انتې بیوتیک د تالجي انتان څخه د مخنیوی پخاطر او په وقایوی ډول استعمالیږي ولی د دی دلیل د ردولو د پاره باید ووايم چه : په شری کی دوه احتماله موجود دی .

الف : امکان لری چه هیڅ کوم بل انتان مداخله ونه کړی چه پدی صورت کی به د انتې بیوتیک استعمال بی ځایه وی .

ب : امکان لری چه تالجي انتان (Secondary Infection) مداخله وکړی (شری اختلاط وکړی) چه یوازی په همدی حالت کی د انتې بیوتیک استعمال استطبیب لری اوبس .

په وقایوی ډول د انتې بیوتیکو د استعمال په برخه کی باید وویل شی چه انتې بیوتیکو نه هیڅ وخت د ناروغیو د وقایي او مخنیوی د پاره نه استعمالیږي یوازی او یوازی واکسین د ناروغیو وقایه کولای شی او بس . د مثال په ډول : په یوه منطقه کی د محرقی اپیدیمی ده آیا مونډ به د هغه ځایه خلکو ته د محرقی څخه د مخنیوی د پاره کلور امفی نیکول (Chloramphenicol) یا Ampicillin ورکړو که د محرقی ضد واکسین به ورته کوو ؟

ښه به داوی چه په ټولو ناروغیو او په خاص ډول په ویروسی ناروغیو کی د ناروغ د بدن مقاومت لوړ کړو (هغه بی ځایه پرهیز نه کړو او ښه خواړه وکړو) تر څو د هغه بدن قوی او د ویروس په مقابل کی ښه مجادله وکړي .

۲ - په اسهال اخته ماشومانو کی د Chloramphenicol استعمالول : کلور امفینیکول هغه انتې بیوتیک دی چه د سمیت څخه ئی مونډ ټول واقف یو او دا هغه انتې بیوتیک دی چه باید یوازی د ځینو خاصو انتانی ناروغیو دپاره لکه محرقه (Meningitis, Cerebritis,)

Brain Abscess, H. Influenza او یا Sever (Meliodosis) د پاره استعمال شی . ولی مونډ وینو چه کلور امفی نیکول د هغو اسهالاتو د پاره چه حتی هیڅ تبه ورسره موجوده نه وی او کیدای شی چه پرازیتی منشه ولری استعمالیږي (پاراږیټی اسهالات زمونډ په محیط کی زښت عام دی چه د حفظ الصحوی اصولو د عدم مراعت له کبله عمومیت لری) او هغه هم په ډیر غلط Dosage سره

استعمالیږي (د پنسلین سره یو ځای دلته دا پوښتنه پیدا کیږي چه که چیری برونشیت په سترپتومایسین سره تداوی شی نو په توبرکلوز اخته ناروغان به په څه تداوی کیږي؟) همدارنگه لیدل شویږي چه د هغی پور ماشومانو ته د اسهال د تداوی د پاره د خولی له لاری توصیه شویږي ولی ضرور داده چه د سترپتومایسین استعمال دی یوازی او یوازی - د توبرکلوز ناروغانو د پاره وساتل شی .

همدارنگه د ځینو نورو سمی او قیمتی انتی بیوتیکو استعمال له حده زیات دی لکه په گوچنیو ماشومانو کی د (Gentamicine Lincocine) ۱ او (Kanamycine) استعمال اوس پیر عام کار دی چه د اسهالاتو او ځنی تنفسی ناروغیو د علاج د پاره استعمالیږي

۵ - د بلی خوانه مونږ وینو چه ځنی وخت د انتی بیوتیکو مقدار په صحیح ډول نه تطبیقیږي مثلا که یو ناروغ ته واقعا د یو انتی بیوتیک ضرورت وی نو باید لږ تر لږه د ۵ - ۷ ورځو پوری او حتی په ځینو ناروغیو کی لکه محرقه تر څوارلس ورځو پوری استعمال شی (سترپتومایسین د دری میاشتو د پاره توصیه کیږي) ولی لیدل شویږي چه ځینی وخت ناروغ ته صرف د دوه ورځو د پاره انتی بیوتیک ورکول شویږي او یا ورځنی Dose کافی نه وی همدا علت دی چه نن ورځ ځینو انتی بیوتیکو لکه (Penicilin) ۱ او (Ampicillin) خپل مؤثریت دلase ورکړی او دا ویره شته چه یوه ورځ به ټول انتی بیوتیکو نه خپل تاثیر دلase ورکړی .

نوزه د افغانستان د اسلامی دولت دعامی

چه صرف یو بوتل شربت ئی د ماشوم د پاره ورکول کیږي که چیری دا یو بوتل شربت په ټاکلی اندازه ناروغ ته ورکړ شی نو د یوی نیمی ورځی څخه به زیات شی .

۳ - په اسهالاتو کی د تتراسکلین استعمال :

تتراسکلین د ماشومانو د پاره یوسمی انتی بیوتیک دی چه دا توکالو څخه په کم عمره ماشومانو کی د هغه استعمال استطباب نلری (د هډوکو په نشو و نما سوء تاثیر لری او د غاښونو رنګ خرابوی) ولی لیدل کیږي چه د هغی شربتونه (Hostacycline) او نورو په نامه په ماشومانو کی د اسهالاتو د علاج د پاره په پیر زیات مقدار استعمالیږي او حتی د اسهالاتو د تداوی د پاره یوه پیره عامه دواگرځیدلی چه هم په ماشومانو او هم په لویانو کی د هر ډول اسهالاتو د تداوی د پاره په پیره پراخه پیمانه استعمالیږي ولو که انتی بیوتیک ته ضرورت هم نه وی (تتراسکلین یوازی د Cholera Vibriون د پاره انتخابی انتی بیوتیک دی او نن ورځ د نورو هغه اسهالاتو د پاره چه باکتریائی منشه ولری (Co-Trimoxazol یا Ampicilline استعمالیږي) همدارنگه لیدل شوی دی چه تتراسکلین په زرقی ډول په ماشومانو کی استعمال شویږي (زرقی تتراسکلین د وترنری په ساحه کی د حیواناتو د علاج د پاره استعمالیږي) .

۴ - د Streptomycine استعمال :

سترپتومایسین د (Aminoglycoside) د جملی څخه یو انتی بیوتیک دی چه په (Mycobacterium Tuberculosis) باندی تاثیر لری او د هغی په ضد باید استعمال شی ولی لیدل کیږي چه هغه په ځینو تنفسی عادی ناروغیو کی لکه برونشیت

روغتيا د وزارت او په خاص ډول د معالجوى طب
د عمومى رياست او د عامى روغتيا د انستيتوت
څخه دا هيله لرم چه پدى برخه كى كنفرانسونه او

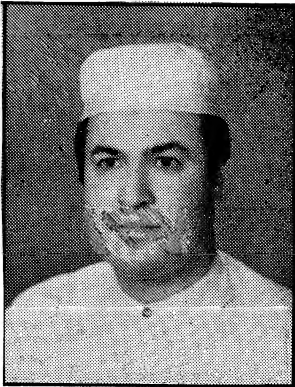
سيمينارونه داير كړى او د انتى بيوټيكو د غلط او
بى ځايه استعمال څخه د امكان تر حده پورى
مخنيوى وكړى .

ملت مجاهد افغانستان حاضر نخواهد شد که
سرنوشت آینده خویش را در دست آتانی -
بگذارد که از عقیدۀ اسلامی بیگانه بوده و یا از علم و
معرفت بهره نداشته باشند و یا این که فاقد
اخلاق اسلامی باشند .

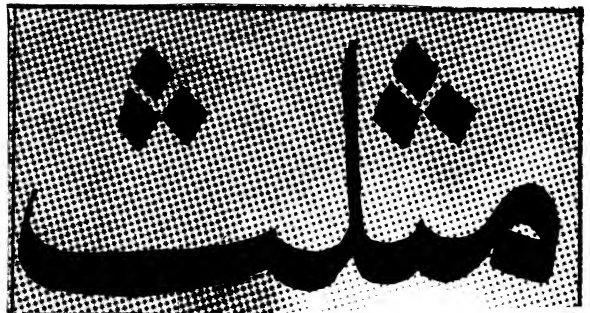
پروفیسور حضرت

صبغت اللہ «المجددی»

رئیس دولت اسلامی افغانستان



لویستی: د ۲۰۰۷ کال د واکمنۍ پر شاګرد محمد راز



چه از نظراب و هوا وغیره در جهان نظیر ندارد
چار فصل معین ، کوهای سر به فلک کشیده مملو از
اشجار مثمر و غیر مثمر ، دره های شاداب ، دریا
های مست و پُروشان ، زمین های حاصل خیز ،
میوه جات گوناگون و هزار ها نعمات دیگر .

درین جاه در تابستان سوزان ان صرف طبقه
پول دار و ثروت مند میلیون ها روپیه مصرف
میکنند تا بصورت مصنوعی صرف هوای یک اطاق
شان را سرد بسازند (استفاده از ایرکندیشنر
(Air-Conditioner) و یا بازم میلیون ها روپیه
مصرف میشود تا کمی جریان سرد هوا را به صورت
مصنوعی بوجود آورند (استفاده از بادپکه) . ولی
در کشور زیبای ما خداوند (جل جلاله) نعمت
هوای خوب و معتدل را مفت و رایگان برای هر
فرد ان ارزانی داشته است .

درین جاه مهاجرین بلاکشیده درارزوی سایه
یخ جان میدهند ولی در کشور زیبای ما حتی کوه
ها از درخت ها مملو بوده و خداوند (جل جلاله)
این نعمت را مفت ارزانی داشته است .

در این شکی نیست که در طول تاریخ بشری
مهاجرت ها به اساس مجبوریت های ناشی از
عوامل مختلف صورت گرفته و خواهد گرفت . این
که عوامل مهاجرت های کتلات بشری از یک منطقه
کره زمین به منطقه دیگران چه بوده بحثی است
که از ساحه مسلک طبابت دور و مستلزم بررسی و
ارزیابی درین مسلک نمیباشد .

ولی چیزیکه از دیدگاه این مسلک قابل
ملاحظه میباشد این است که چون مهاجرت حالت
غیر نورمل بوده ، انسان از یک حالت نورمل
محیطی برآمده و در یک حالت غیر نورمل
قرارمیگیرد . لذا امکانیت بروز هر نوع پروبلم های
صحی چه از نظر محیطی و اجتماعی چه از نظر
فزیکی و جسمی و چه از نظر روحی وجود دارد .

بعد از تجاوز روس ها و به قدرت رسیدن
کمونیست ها توسط آنها در افغانستان ، در اثر
وحشت و بربریت آنها مردم رنج دیده و بلاکشیده
ما مجبور به ترک خانه ها و وطن زیبای شان
شدند . بلی وطن که چه از نظر زیبایی طبیعی و

اجتماع هم يك اجتماع غير نورمل كه مجبوراً كوله بار عمر را دران بدوش كشيده ، شب و روز را سپری نموده و نفس تا و بالاميكشيم . به خاطر اينكه پروبلم های صحنی را در جامعه خوب تر برسی کرده باشيم تا به هدف اصلی خویش يعنی پيشرفت جامعه بطرف صحت مند بودن نايل گرديم بهتر است اين پروبلم ها را درسه بخش جسمی يا فزیکی ، روحی و اجتماعی برسی كنيم .

قبل ازينكه به بررسی فوق بپردازيم قابل ياد اوريست كه بدبختانه در بين مهاجرين افغان در پاکستان سه مشخصه خراب وجود داشته كه هنوز هم روز به روز خراب تر شده ميرود . اين سه مشخصه عبارت انداز :

فقر و غربت :

روز به روز مردم به طرف فقر و غربت پيش ميروند . هيچ منبعی برای ايشان وجود ندارد تا از طريق ان بتوانند حتی عايدات معمولی زندگی عادی را بدست بياورند . لذا بلند رفتن قيم از يکطرف و از دياد تعداد اعضای فاميل ها از طرف ديگر بادر نظر داشت بیکاری و نبودن حرفه و کار و کسب هنوز هم ساحه زندگی را تنگ تر ساخته و مردم را غريب تر و فقير تر می سازد .

جهالت و نادانی :

به اساس عدم مساعدت شرايط تعليم و تربيه ، اطفال بيچاره و بدبخت ما بدون اينكه حد اقل سواد را بيا موزند عمر عزيز شان برباد ميرود در حالیکه اينده کشور ها بدون شك حق و امانت اطفال امروزه انهاست . شايد كه ما اينده نداريم و يا اينكه کدام منجمی پيش بينی کرده باشد كه بعد

درين جاه مردم درآرزوی آب صحنی جان ميدهند ولی در کشور ما دريا های خروشان ، چشمه سارها و جوييار ها در هرناحيه آن جريان دارد .

بهر صورت بنابر ضرب المثل (هر چاته خپل وطن کشمير دی) يا (East West home is the best) شايد برای هرکس وطن خودش زیبا باشد ولی اگر از دید گاه انصاف نظر اندازی شود واقعاً وطن محبوب ما افغانستان عزيز زیبایی ها و خصوصياتی دارد كه در کمتر جا ها ديده شده و يا اصلا هيچ ديده نمیشود . بطور مثال در اكثر نقاط ، جهان ، هوايا كاملا سرد است و يا كاملا گرم ، يا كاملا خشك است و يا كاملا بارانی و مرطوب . در حالیکه در وطن محبوب ما چار فصل جداگانه يعنی سه ماه بهار سه ماه تابستان سه ماه خزان و سه ماه زمستان كه البته هر فصل ان خصوصيات منحصر به خودش را دارد ، وجود دارد . به هر صورت ، خداوند (جل جلاله) مهربان است اين نعمات را دوباره برای مان ارزانی دارد .

از نظر سازمان صحنی جهان (W.H.O) صحت عبارت از بهبودی شخص در هر سه ساحه جسمی ، روحی و اجتماعی بصورت همزمان ميباشد .

ولی در ممالك فقير و عقب مانده خصوصاً كه بلاو مصیبتی هم مانند وطن ما برسران نازل شده باشد ، تعريف صحت اصلا مفهوم نداشته و صحت صرف در محدوده همان كلمه سه حرفی خود (صحت) محصور مانده و ازان خارج نمیشود . چه ما متاسفانه حتی در یکی از اجزای متمم صحت هم دسترسی نداريم جسماً مريض ، روحاً مريض و

چون مردم در حالتی قرار دارند که همه چیز را از دست داده و هنوز هم از دست میدهند لذا ناگزیر آنها دريك حالت ناگوار روحی و روانی قرار میگیرند .

گرچه به لطف پروردگار (جل جلاله) مردم ما با داشتن عقیده پاك و استوار شان هنوز هم سرسختانه به جهاد حق علیه باطل دوام میدهند ولی سیر صعودی اثرات تشوشت روحی و روانی را نادیده گرفته نمیتوانیم . چه از دیار روز افزون معتادین به مخدرات مؤید این واقعیت است .

در ساحه اجتماعی :

ماکاملا دريك اجتماع نارام و غیر مطمئن به سرمیبریم . هر لحظه امکانیت انفلاق بم ، امکانیت ترور ، امکانیت اختطاف و امکانیت ده ها مصیبت های دیگر اجتماعی موجود است هیچ کس نمیتواند خویش را مصؤن احساس کند که این هم خود بخود زمینه را برای تولید عقده های روانی مساعد ساخته و امکانیت بیشتر شدن فساد های اجتماعی را حتمی می سازد .

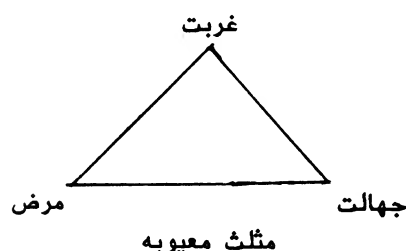
فلذا اگر موسسات ذیعلاقه خواهش دارند در جهت بهبودی وضع صحی مهاجرین گامی بردارند بهتر است هر سه فکتور جسمی ، روحی و اجتماعی را با در نظر داشت مثلث معیوبه غربت ، جهالت و مرض در نظر گرفته و پروگرام های خویش را طوری ترتیب دهند که واقعاً به هدف اصلی نزدیک شویم ورنه مصارف و بذل مساعی صرف دريك جهت ، به مثال آبدانی خواهد بود که قسمت تحتانی آن سوراخ بوده و ما میخواهیم آنرا پرنگهداریم در حالیکه این محال است و ناممکن !!

از ۴ - ۵ سال قیامت برپا شده و ضرورت به این اطفال نخواهد بود . در غیران بی توجه بودن در حق اطفال معصوم این ملت مجاهد پرور جفای فراموش ناشدنی خواهد بود .

مرض :

گراف انواع مختلف امراض خصوصاً امراض انتانی و محیطی سیر صعودی دارد .

سه حالت فوق يك مثلث معیوبه را میسازد که البته این مثلث در بین کتله سه میلیونی مهاجرین افغان در پاکستان به صورت اشکار و واضح دیده میشود .



پروپلم های صحی مهاجرین در ساحه جسمی :

۱ - تعداد معیوبین روز به زیاد میشود در حالیکه آنها روزی دست و پای سالم و اندام درست داشتند . در قسمت ایشان لازم است توجه بیشتر بشر دوستانه صورت گیرد .

۲ - امراض سوء تغذی که خصوصاً مادران و اطفال معصوم به آن دست و گریبان اند .

۳ - امراض انتانی .

۴ - توبرکلوز که گراف صعودی دارد .

۵ - امراض جلدی خصوصاً در هوای گرم و نامطلوب تابستان .

۶ - امراض معدی معائی در اثر نبودن آب

آشامیدنی صحی .

در ساحه روحی :

شفاخانه شهید سید عبداللہ

در خدمت مجاہدین و مہاجرین

مصاحبه از «سایر»

گفت و شنودی درباره فعالیت های شفاخانه

شهید سید عبداللہ باریس آن شفاخانه انجام داده ایم که اینک به خوانندگان محترم مجله روغتیا تقدیم میداریم :

س : محترم رئیس صاحب لطفاً راجع به تأسیس شفاخانه ، تعداد پرسونل و نوع فعالیت های این شفاخانه جهادی معلومات ارائه فرمائید ؟

ج : شفاخانه شهید سید عبداللہ در سال (۱۹۷۹) از طرف تنظیم جمعیت اسلامی افغانستان تأسیس گردید در مرحله نخست دارای تعداد دوکتوران و اعضای اداری کمتر بوده و فعلاً تمام پرسونل مارا (۹۹) تن مسلکی و غیر مسلکی تشکیل داده است . باید واضح بسازم که از جمله (۱۷) نفر داکتر (۲) نفر دکتورس (۱۲) نفر نرس ذکور و (۳) نفر نرس اناث میباشند البته اصلاً تشلیل شفاخانه ما دارای (۶۰) بستر می باشد نظر به عدم موجودیت اتاق های کافی (۲۰) بستر فعال داریم که از جمله (۴) بستر آن مربوط به اطفال می باشد و متباقی به کلان سالان ارتباط میگیرد .

س : در پولی کلینک شما روزانه چه تعداد

مریض معاینه ، تداوی و ادویه اخذ مینمایند ؟

ج : پولی کلینک ما همه روزه از ساعت ۸ صبح الی ختم رسمیات بروی مریضان ، مهاجرین و مجاہدین باز است که مطابق به پلان معینه تداوی میشوند . چنان طبقه اناث بروز های شنبه و پنج شنبه و طبقه ذکور متباقی روزها جهت تداوی و معاینات به این شفاخانه مراجعه می نمایند و بعد از معاینات و اخذ ادویه رخصت میشوند در صورتیکه کدام یک از جمله مریضان مراجعه کننده شدیداً مریض باشد در آنصورت داخل بستر گردیده و تحت تداوی و مراقبت قرار میگیرد ناگفته نماند که نه تنها از ساعت ۸ صبح الی ختم رسمیات به خدمت مریضان و مریض داران محترم قرار داریم بلکه همه وقت شفاخانه شهید سید عبداللہ به خدمت مهاجرین و مجاہدین و مریضان قرار دارد .

س : شفاخانه شما دارای چه تعداد اتاقها بوده و برای عیادت مریضان کدام اوقات تعیین گردیده لطفاً درین باره معلومات بدهید ؟

ج : شفاخانه شهید سید عبداللہ دارای اتاقهای - عاجل - لا براتوار - اتاق لباس دوکتوران -

قلب هم در اختیار داریم وی قبلا در افغانستان استاد پوهنځی طب کابل بوده و فعلا بدون خستگی همه وقت بخدمت مریضان، مهاجرین و مجاهدین قرار دارد.

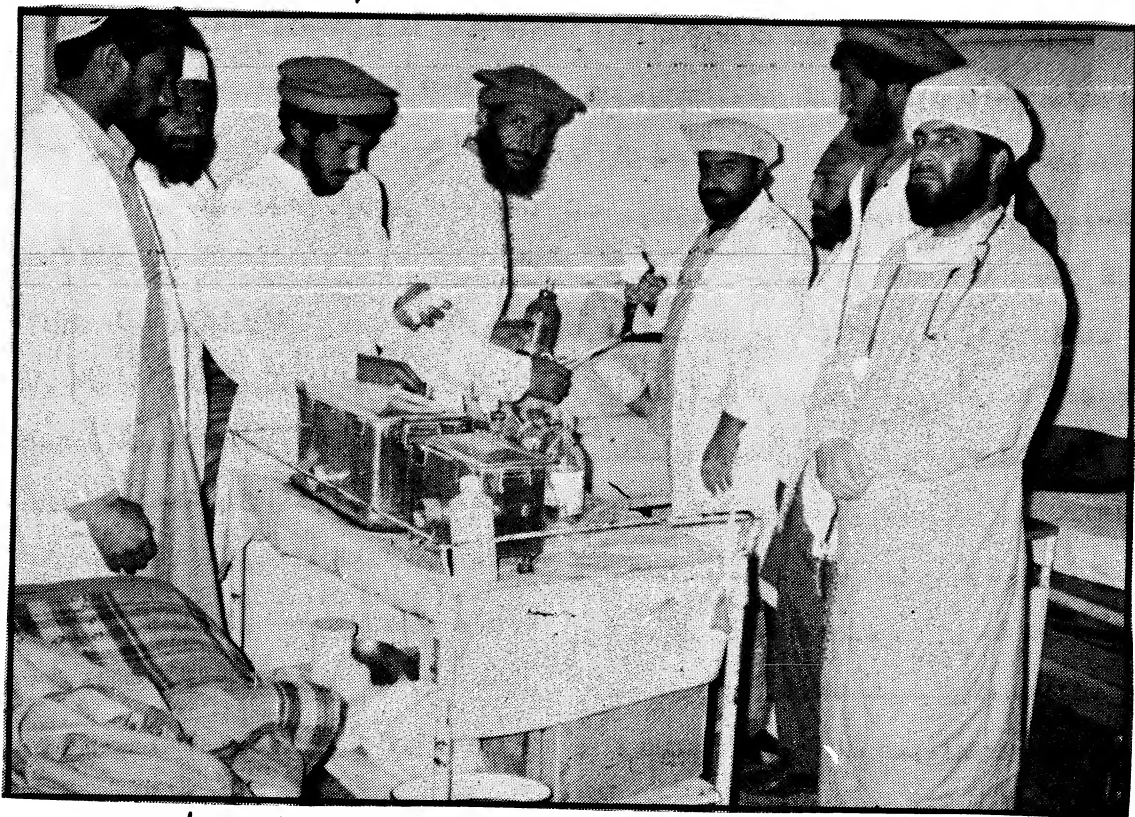
س: بعد از مدغم شدن شفاخانه شما به وزارت صحت عامه چه نوع تغییرات در شفاخانه بوجود آمده لطفاً معلومات دهید؟

ج: بعد از اینکه شفاخانه مامربوط وزارت صحت عامه گردید در قدم اول ماشین سکشن ایکسری، ماشین E.C.G از طرف وزارت صحت عامه بدسترس مقرر گرفت، تا اندازه زیاد مشکلات مارا آسان ساخت قبلا مصارف این شفاخانه را جمعیت اسلامی افغانستان میپرداخت و فعلا تمام مصارف آن بدوش وزارت صحت عامه میاشد.

دواخانه - کلینک - ماشین E.C.G - آشپزخانه و غیره می باشد هم چنان اوقات عیادت مریضان مطابق به پلان همه روزه از طرف صبح از ساعت ۶ الی ۷.۳۰ و بعد از ظهر از ساعت ۲ الی ۴ تعیین گردیده ناگفته نماند که اتاق اطفال دارای ۴ بستر است که بامریضان آن اتاق یک نفر پایو از نیز موجود میباشد که از آنها در هنگام شب واری می نماید.

س: محترم رئیس صاحب لطفاً بگویید که زیاد تر کدام مریض ها به این شفاخانه مراجعه میکنند؟

ج: زیاد تر مراجعین ما را مریضان مبتلا به امراض قلبی، شش، انتانی، جهاز هضمی و داخله تشکیل میدهد که خوشبختانه مایک نفر متخصص



دوکتوران و پرسونل طبی وزارت صحت عامه در خدمت مجاهدین



دوكتور عبد الرحمان رئيس شحيح، سيد عبد الله روغتون

س: محترم رئيس صاحب لطفاً درباره مشكلات شفاخانه معلومات ارائه نماييد؟

ج: مشكل عمده ما عدم موجوديت ترانسپورتيشن، امبولانس، ادويه كافي، نبودن جاي مناسب براي كلينك و خود تعمير شفاخانه كه گنجايش (۶۰) بستر را داشته باشد گرچه چندين مرتبه به مقام محترم وزارت صحت عامه پيشنهاد نموديم چون محيط هجرت است نميتواند تمام پيشنهادات مامور قبول واقع گردد اميد است در آينده مشكلات ما رفع گردد تا يك شفاخانه مجهز بدسترس داشته باشيم با آن هم از وسايل كه به دسترس ما قرار دارد استفاده ميكنيم همچنان در پهلوي ما دوكتوران با درك و با احساس قرار دارد كه مايه افتخار مجاهدين و مهاجرين مي باشند.

س: از شروع سال جديد ۱۳۶۹ هـ ش تا حال چه تعداد مريضان را بستر، تداوي، معاينه و ادويه داده ايد لطفاً معلومات ارائه داريد؟

ج: از شروع سال ۱۳۶۹ به اين طرف به تعداد (۱۱۰) نفر در برج حمل و ۱۹۵ نفر در برج ثور داخل بستر گرديده است هم چنان در پولي كلينك ما به تعداد ۱۵۶۸ نفر در برج حمل و ۱۱۶۰ نفر در برج ثور طبقه ذكور تحت معاينه و تداوي قرار گرفته است و هم چنان طبقه اناث در برج حمل ۴۹۱ و در برج ثور ۷۵۲ نفر معاينه و تداوي شده است كه بعد از اخذ ادويه رخصت گرديده اند البته تعداد كه در بالا ذكر شد درج كتاب بوده و از ان جمله تعداد زياد شانرا طبقه اناث و اطفال تشكيل داده است.

د هوا په ذریعہ تداوی

بسم الله الرحمن الرحيم

په تپ باندې د پټی په تړلو سره نمی او حرارت زیاتېږي چی ددی په نتیجه کی د جراثیمو او تناکو امکانات رامینځ ته کیږي .

انسان لکه څرنگه چی د ژوند په نورو ډگرونو کی د پرمختګ لور ته روان دی د طب په څانګه کی ئی هم حیرانوونکی ترقی کړی ده ، په سل ګونوزره ساینس پوهان د بیلا بیلو مغلقو ناروغیو د علاج لپاره شپه او ورځ مصروف دی لکه د سرطان د بیلا بیلو قسمونو ، کانګو وائرس ، دویني د ناروغیو ، ایډ زاو نورو ډیرو لاینحل امراضو د علاج لپاره خپل ټول صلاحیتونه پکار اچوی .

اوس په اروپا کی د اور د سوخیدلیو د علاج لپاره د تحقیقاتو په رڼاکی د ډیرو نویو خلائی کپسولونو په شکل د هوائی کپسولونو په ذریعہ علاج کیږي له هوانه د علاج لپاره مخصوص روغتونونه او روغتیائی مرکزونه جوړ شوی دی د دغو روغتونو وار ډونه د خلائی کپسولونو منظره وړاندې کوی . د وارډ دیوالو نه اوچتونه له یو ډول شفاف سپین رنګه پلاسټک څخه جوړ شوی دی او په چتونو کی ئی واړه واړه سوری وی تر څو چی ددغو سوریو څخه د بریښنا په ذریعہ هوا ور داخله شی دا هوا د معدنی

اور د انسان بنیادی ضرورت دی ، د اور په استعمال او یاکنترول کی که څه بی پروائی وشي نو نه صرف دا چی مال او جائیداد ته خطر پېښیدای شی بلکه د انسان د له منځه وړلو خطرناک عامل هم جوړیدای شی . ځنی زیانونه داسی وی چی تر څه حده پوری یی تلافی کیدای شی خود اورنه د پېښ شویو نقصانونو او خسارو تلافی په ډیر مشکل سره کیدای شی . خصوصاً که انسانی جسم ټول وسوځی نو انسان طبعاً چی فنا کیږي که انسان زخمی شی او له نیکه مرغه په وخت سره طبی مرسته هم ورته ورسپړي څوکه تپ هم ډیر بر سیرن وی څو کوم درد او تکلیف چه تپي ورسره مخامخ کیږي هغه عذاب د جهنم له عذابه به کم نه وی .

د اور تپ د بدن په کوم ځای کی چی ډیر تکلیف ورکوونکی وی د هغه ځای علاج هم له خطرونو ډک وی سوخیدلی ځای د اوبه کولو او بالاخره په جسم کی د زهرجنو موادو د خپریدو اندېښنه هم ډیره وی . حتی چی په سلوکی د اسوتنو د ژوند امکانات شته او د پاتی اتیا و تنو ژوند له ستر خطر سره مخامخ وی .

د سوخیدلی ځای مروج علاج مرهم اوپټی دی ولی داد روغیدو ضمانت نشی کولی ځکه چی

علاج کی د پټۍ او مرهم چندان ضرورت نه
پیشیږي همدا ډول دا هوا د پوستکي د طبیعي
دفاعي حصار کار هم ورکوي او په زخمونو کی د
زهر جنموادو د پیدا کیدو امکانات لیری کوي .

د اور ټپ زښته ناوړه او له خطرونو ډک
دی د بدن په څلویښت فیصده برخه ټپ د مړینی
ښکاره پیغام دی ، یوازی د هوا د علاج په ذریعه
دلویو او وړو ټپونو د خطر دلیری کولو امکان شته .
همداراز د هوایی علاج په ذریعه انسان په
ډیر لنډوخت کی روغیدای شی او د گنډلو او یا
پیوند لپاره لار ژر هواریدای شی چی د مرهم پټۍ
په علاج کښی په دری چنده زیات وخت کی هم
نشی هواریدلی .

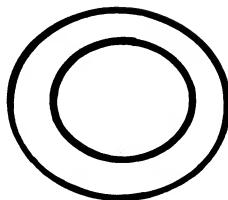
په هوایی علاج کی چی کومه توده هوا
استعمالیږي هغه د پیوند کار سل فیصده بریالی
کوي .

د هوایی علاج یو بل ښه والی دادی چی په
دی کی هیڅ ډول درد او تکلیف نه وی حال دا
چی د پټۍ په ټولو او خلاصولو کی ناروغ له ډیر
درد او تکلیف سره مخامخ کیږي اکثره پټۍ له
زخمونو سره ونښلی او د هغو په لیری کولوکی
ناروغ سخت درد محسوسوی کله نا کله خو داسی
هم پېښ شی چی ټپ ورسره پورته شی .

کثافتونو او هر ډول باکتریا څخه پاکيږي او د برق
په ذریعه هوا تریوی خاصی درجی پوری گرمیږي
او بیا پدی کی نمی او فشار په یوه ټاکلی سطحه
ساتل کیږي په دی توگه دا هوا د مختلفو
میکروبونو او باکتریا و څخه ژغورل کیږي او د اور
د سوخیدونکی د پاره ډیره مؤثره وی .

په یوه هوایی کپسول کی د پنځو تنو
ناروغانو گنجایش شته - په کپسول وارډ کی د
میشته نرسانو جامی ، بوټونه ، خولی او نور وسایل
هم له جراثیمو څخه پاک کیږي .

له جراثیمو څخه پاکه هوا ورو ورو هوایی
کپسول ته د ننه کیږي او په ټپ باندی ددی هوا
دلگیدو سره له ټپ څخه (Infection) سرایت
کوونکی اثرات هم له کپسوله وځی ځکه چی د هوا
موج په یوه مخصوصه دایره کی حرکت کوي او
یوی خواته وځی له دی وچی د جسم له یوی
برخی نه بلی ته (Infection) نه نقل کیږي د اور
په ټپونو کی د انفکشن (سرایت) کنټرول د ډیر پام
وړدی ځکه چی مونږ د مخه هم وویل چی د تناکي
سل فیصده خطر شته او دا تنها کی د ټول بدن
لپاره ډیر خطرناکی کیدای شی. د مخه د پټیو
یادونه هم وشوه د پټۍ او مرهمو یو بل لوی زیان
داهم دی چی ددی په وجه د پوستکی بهرنی
مدافعتی حصار له فعالیت نه لویږي ولی د هوا په



د ژوند په مختلفو اړخونو کې د ماشومانو لپاره مختلفې خوراکي

محترمو لوستونکو :

خدای تعالی (جل جلاله) خپل بنده گان په بې شمیره نعمتونو سره نازولی دی چې یو د هغوی څخه د دوی (مور او پلار) دی چې په مور او پلار باندې فطرتاً فرض ده چې د ماشوم په سالمه پالنه کې هر ډول زیار او باسی د دی لپاره چې مور او پلار نوموړی فریضه په ښه شان سره سرته رسولی وی نو ~~نوښته~~ ~~لار~~ ~~هغه~~ ده چې لاندې نقطې په نظر کې ونیسی :

په یا دولری چې د مور د تی د لومړنیو ورځو محتویات (د خلکو په ژبه اورگه) چې په زیاته اندازه کولستیرول او انتی بادی لری په نوی زیږیدلی ماشوم باندې و خوپل شی ځکه چه کولیسټرول د ماشوم د وجود د ودی لپاره او انتی بادی د ماشوم وجود د مختلفو مکروبو، مرضونو او نس ناستی په مقابل کې مقاوم ساتی .

کوچنی ماشوم ته په اولنیو څلورو میاشتو کې چې د ژوند خوږې شپې او ورځې تیروی د مور شیدې ښه او لوی نعمت دی د مور شیدې د نوی زیږیدلی ماشوم لپاره بهترین او خالصترینه غذا ده نوموړی شیدې د هری غذا او ترکیب څخه چې د بازار څخه ئی رانیسی ښی دی که چیرې

ماشوم د څلورو او شپږو میاشتو په جریان کې وی متممی غذا سره سره د مور په شیدوئی وروزی نو د زیاتو مکروبونو او نس ناستی څخه به په امن کی وی .

که چیری د مورتی د پیرو او مناسبو شیدو د جوړولو طاقت ونلری لازمه ده چې مور په زیات مقدار مایعات وڅښی ځکه چې هر څومره زیات مایعات وڅښی په هغه اندازه زیاتی شیدی پیدا کیږی مور باید چې ښه او بهتره خواړه وخورې پروتین او ویتامین لرونکی خواړه ، لوبیا ، ترکاری ، سبزیگانی چې توز بخنی پانی ولری ، غوښه ، شیدی ، پنیر ، مگی ، د مور سره کمک کوی چې ډیری شیدی جوړی کړی .

که چیری د مورتی شیدی ونلری مور باید ډیر مایعات وڅښی ښه خواړه وخورې ماشوم ته اجازه ورکړی چې تی په مرتبو مرتبو وزبیشی نوبیا هغه وخت د مورتی د شیدو په جوړولو شروع کوی .

که چیری نوموړی طریقہ مؤثره نه شوه ماشوم ته نوری شیدی لکه د غوا شیدی ، دوزی شیدی و چې شیدی ورکړی خو میځکه د ټینگو او غلیظو شیدو څخه کارمه اخلی هر ډول شیدی چې

ماشوم ته ورکوی یو څه مقدار بوره هغی ته ور واچوی .

یادونه - هر ډول شیدی چی ماشوم ته نی ورکوی باید د هغی سره جوش اوبه یو ځای کړی دلته دوه مثال له وړاندی کیږی چی په کومه اندازه اوبه د شیدو سره یو ځای شی :

۱ - دوه برخه د غوا شیدی ، یوه برخه جوش کړل شوی اوبه ، د چای د خوړولو د څمخی په اندازه لږې سره یو ځای ورکړل شی .

۲ - دوه برخه د چی شیدی ، دری برخه جوش کړل شوی اوبه ، د چای د خوړولو د څمخی په اندازه بوره په مخلوط شکل باید ماشوم ته ورکړل شی .

که چیری د هغو شیدو څخه استفاده کوی چی غوړی نلری د ماستو خوړلو د څمخی په اندازه یوه څمخی نباتی غوړی ورسره یو ځای کړی .

هر وخت شیدو او اوبو ته جوش ورکړی د مصنوعی تی په نسبت د پیالی او قاشقی په واسطه د شیدو ورکول ، ماشوم ته څو ځلی مصئون او ښه دی ځکه چی د مصنوعی تی په واسطه خوراک د نس ناستی او نورو مکروبی ناروغیو چانس زیاتوی ځکه چی د مصنوعی تی پاک ساتل مشکل کار دی . مخکی لدی چی په مصنوعی ټکی کی کوچنی ته شیدی ورکړی باید نوموړی مصنوعی ټکی یو ځل جوش کړل شی .

د وریجو اوبه ، د جوارو اوبه په ځانګړی توګه د ماشومانو د تغذیې لپاره پوره ندی ځکه چی ماشوم به ونشی کولی چی په ښه شکل سره

وده وکړی او په وخت سره په پښولاږ شی او خبری وکړی هغه به په اسانی سره بیمار شی او کیدای شی چی مړشی نو ضروری ده چی ماشوم ته یو ډول پروتین هم ورکړل شی .

هغه ماشوم چی د ژوند مرحله نی د څلورو میاشتو او یو کلنی تر منځ وی څه باید وخورى ؟

۱ - ماشوم ته باید تر دوه کالو پوری د مور شیدی ورکړل شی .

۲ - هغه وخت چی ماشوم د څلورو او شپږو میاشتو په مینځ کی وی د مور د شیدو څخه علاوه نور خواړه چی ښه پاڅه او میده شوی وی ورکړل شی قوی او ارزانه خواړه د لاندنیو څلورو ګروپو خوړو د یو ځای کیدو څخه جوړیږی :

۱ - حیوانی پروتین (پودری شیدی یا جوش کړل شوی شیدی ، هګی ، غوښه ، چرګه ، پیروی ، کبان ، او داسی نور .

۲ - نباتی پروتین (لوبیا ، د چنودال ، پسته ، بادام ، مټک ، هغه شنه سابه چی تور بخنی پانی ولری) .

۳ - قندونه (د جوارو اوبه وریجی ، غنم یا اوربشی ، پاڅه الوګان ، کدو او نور) .

۴ - وازګی (هر ډول غوړی چی د پخلی لپاره پکاریږی) .

هغه ماشومان چی د څلورو - شپږو میاشتو څخه زیات عمر ولری میوه او د میوی اوبه لکه نارنجو اوبه رومی بادنجان خربوزه پڅه شوی کیله او ام ورکړل شی .

سبزی چی توربخونه پانه ولری مهم ریتامینونه لری د یو کال څخه کوچنی ماشوم ته

د یو کال عمر څخه کولی شی د لویانو خوراکه وځوری خو هر څومره چه کیدای شی د مور شیدی دی هم وځوری کوبښن دی وشي چی هر ورځ کله په زیات مقدار د پروتینو ویتامینو ، او سپنی او معدنی مواد لرو. نکی خواړه ماشوم ته ورکړل شی تر څو د ښی او سالمې روغتیا څښتن شی .

خپل واپه ماشومان د خوړو مایعاتو په خوړلو مه روږدی کوی ځکه هر وخت چی هغوی خواړه مایعات وڅښی نو هغه خواړه چی د ماشوم د روغتیا لپاره ضروری دی علاقه نه ښی او همدارنگه خواړه د هغه ماشوم غاښونه خرابوی خو هر کله چی د خوړو اندازه کمه وی د بوری او غوړیو ورزیاتول په شیدو او نورو خوارکی مواد باندی د دې چانس زیاتوی چی ماشوم د پروتینی موادو څخه چی غوړی او بوره لری زیاته گټه واخلي .

لازمه ده چی کم تر کمه په ورځ کی (۵) ځلی خواړه وروخوړل شی او د هر خواړه په منځ کی باید څو ډوله خوراکي شیان وی .

هغه ماشوم چی عمرئ د شپږ اولس کلنی په منځ کی وی ددی چانس زیات دی چی نوموړی ماشوم په نیمگړی خوراکه باندی اخته شی که چیری ماشوم ډیر پنگروی او تنبیدی رنگ ولری گڼه پښی او مخ ئی پړسوب ولری او پوستکی ئی پوست پوست او زیات زخمونه ولری خاوری خوری یا ئی په طبعی ډول وزن نه زیاتیږی باید چی ښه او مناسب خواړه وځوری د دی لپاره چی واپه ماشومان پدی عمر کی سالمه روغتیا ولری مونږ باید هغوی ته د مور شیدی تر زیاته وخته پوری ورکړو هغه ته قوی خواړه ورکړو او همدارنگه هغه اوبه چی ماشوم ئی څښی باید جوش کړل شی او د ماشوم اطراف باید پاک وساتل شی .

یو کلن او لوی ماشومان د ماشومان وروسته



یوې از کلینیک های وزارت صحت عامه درد داخل کمشور .

میر محمد عثمان «نالان» پدر

بہتر از باغ ارم ہست گلستان پدر
 گرچہ فردوس بریز قدم مادر ہست
 زندہ ام ساخت بتربیت و تعلیم و ادب
 بہر تائین حیات بکشد محنت و رنج
 مگر لچ و گشنہ پشہ و نگین و علیل
 خیف و ہیبت ندارد پسر ابلہ خبر
 گر بخوابی شوی سعود و عالم، میباش
 کن نیکوئی و کموائف و کش آہ حزین
 سگ شرف دارد از آنکس کہ تمہ دورزد
 نیست مقبول بہ نزدیک خدا مرد دوست
 پسر ناخلف کافر و مردود خدا
 چھو گھار بلا ریب بد و زخ سوزد
 کاش باشد پسر از پر تو اخلاق نکو
 من اسیر شرف و خلق دلارای ویم۔

سرمن باد فدای سرو سامان پدر
 نشوی دور تو از جنت ایوان پدر
 من بقبیلان و بقریان و بقریان پدر
 کن تو ہم خدمت و شو شا کر جان پدر
 در بگیرد ز تاثر دل بریان پدر
 از دل سہل و از دیدہ حیران پدر
 خادم پاک و فاجوی و ثنا خوان پدر
 تاکہ غمگین نشود خاطر پرتان پدر
 از سکر کبر، ز احکام و ز فرمان پدر
 آنکہ ناراض شد از وی دل موزان پدر
 عرش در لرزہ شد از دیدہ گریان پدر
 آنکہ زد آتش غم را بدل جان پدر
 روشنی بخش دل و شمع شبستان پدر
 کی توان و منکنم منزلت شان پدر

کیست یازد سر خود را بفدای بابش!

شاعر غمخیزہ بیدل «نالان» پدر

حفظ الصحاح از دیدگاه اسلام

بقلم الحاج دوكتور عبد المستبين «ادراك»

هزار بار بشویم دهن به مشک و گلاب = هنوز

نام تو گفتن کمال بی ادبیست

اسلام دین کامل و جامع و ناسخ همه ادیان
اسمانی، پاسخ گویه سوالات امروزی جهان
رهنمائی بشریت در سطح کره خاکی در همه ابعاد
و نجات دهنده انسانها از جهل، گمراهی خرافات و
کثافات در هر عصر و زمان میباشد.

اسلام است که پرده های تاریک و سیاه ظلمت
کده ها را دریده و انسانها را به سعادت و
رستگاری و بالاخره به سر منزل پیروزی میر
ساند. مسلمانها طبق دستورات الهی و سنت
محمدی (صلی الله علیه وسلم) زندگی خویش را
پیشبرده و خویشتن را به ایدیولوژی اسلامی مسلح
ساخته و در برابر خرافات و جرثومه ها به مبارزه
برخاسته و در برابر خانواده و جامعه خویش
احساس مسئولیت کرده تا اینکه خانواده و جامعه
را که دران زیست مینمایند از نادانی و کثافات به
سوی نور تابان و درخشان اسلام سوق داده تا
بحیث یک خانواده سالم و عاری از همه بدبختی ها
در چوکات اسلام قرار بگیرد.

خداوند (جل جلاله) میفرماید: ان الله يحب
التوا بین و یحب المتطهرین- یعنی خداوند بنده های

پاک و نطیف و توبه کنندگان را دوست میدارد.

آیه مبارک فوق الذکر دو بخش عمده را در بردارد.

بخش اولی آیه از پاکی باطن و ضمیر انسانها
صحبت نموده و بخش دومی از نظافت و پاکی
ظاهری. پس برفرد فرد انسانهاست که نظافت را
به طور شاید و باید مراعات بکنند و حتی در
محیطی که زیست مینمایند در مورد نظافت و
پاکی اش توجه جدی بخرج دهند خداوند متعال در
حصه دوری انسانها از کثافات و جرثومه ها تاکید
نموده است این همه بخاطر آنست که انسانها را
جسماً و روحاً قوی و نیرومند ساخته و به سعادت
و شادکامی دارین برساند. اگر طب امروزی
نظریات و دستوراتی مقدس اسلام را در مورد حفظ
الصحه مقایسه و تحت بررسی قرار دهیم در حقیقت
هر دو یک هدف مشترک داشته و حتی طب امروزی
معترف است که نظریات و دستوراتی را که دین
مقدس اسلام در مورد نظافت وضع نموده است اگر
انسان ها انراء رعایت نموده و سرمشق زندگی
خویش قرار دهند و زندگی خویش را مطابق به ان
پیشبرند مکروب ها در نطفه خنثی خواهند شد و
جامعه سالم بوجود خواهد آمد. مثلاً: طب امرزی
نظریاتی را که در مورد جسم انسان داده و طرق

و عوامل مجاد له علیه مکروبها را در وجود انسان معرفی نموده است اسلام مقدس نیز در مورد نظافت وجود انسان و مجاد له علیه مکروبها چندین اعمال را به همه ما سنت قرار داده و واقعا نظریات و ارشاداتی را که قرآن با حکمت و همچنان انحضرت (صلی الله علیه وسلم) بیش از یک هزار چهار صد سال قبل به جهانیان ابلاغ و رسانیده اند در عصر حاضر درباره پاکی و نظافت شخصی و اجتماعی کمافی السابق صدق مینماید طوریکه دین مقدس اسلام در مورد استعمال مسواک فرموده است که: (استعمال نمائید مسواک را زیرا بااستعمال مسواک پانزده مرض از دهن دندان و سایر وجود دورمی شود).

طب امروزی نیز چنین فرموده اسلام را استقبال نموده میگوید کسانی که میخواهند دندان های شان سالم و دهن شان بوی بدند داشته باشد مسواک و برس دندان را استعمال نموده و غفلت در استعمال آنها نورزند. حضرت رحمته العالمین در مورد صحت و تندرستی انسان ها چنین ارشاد فرموده اند: کم خوردن را عادت کنید تا استوار و صحتمند باشید و تنبلی و سستی بر شما مستولی نشود. واقعا انسان ازپرخوری به مرض تنبلی و سستی دچار شده به امور محوله زندگی خویش رسیدگی کرده نمیتواند چون جهاز هاضمه یک ماشین بزرگ وفعال کارخانه جسم انسان است وپرزه بزرگش معده میباشد و قتیکه انسان غذا را میخورد بعد از طی مراحل از دهن گلو، مری بالا به معده یاامعاء رقیقه و غلظه و در اثر انزایم هادر انجامضم میشود مواد مفیده جذب و مواد فاضله از طریق امعاء مستقیم به بیرون رانده میشود.

اگرانسان زیاد بخورد معده اش از فعالیت عاجز مانده و سؤ هضم برایش رخ داده ویاانسان به امراض گوناگون مبتلا میشود باید انسانها ذخیره غذائی خود را به سه حصه تقسیم نمایند قسمت اول به نان، قسمت دوم به آب و قسمت سوم را به تنفس هواء بگذارند و مفهوم حدیث شریف نیز عین موضوع را افاده مینمائید. موضوع دیگر را که دین مبین اسلام واضح ساخته و در مقابلش سخت متنفر بوده و عمل مذکور را تقبیح و نکوهش مینماید استعمال دخانیات و کشیدن سگرت است باکشیدن سگرت دود و غبار سگرت مستقیماً به شش ارتباط گرفته و شش هارالکه دار میسازد دندان های انسان خراب و حتی در طب امروزی و نظر دانشمندان ثابت شده است که اکثراً مرض سرطان از استعمال سگرت بوجود می آید چنان چه شعار سازمان صحتی جهان در سال ۱۹۸۸ (صحت یا سگرت) انتخاب شده و هشدار می بود در رابطه با اضرار دخانیات به انسانهای مبتلاء به ان-قرآن کریم در جای دیگری میفرماید: (وشیابک فطهر) یعنی پاک نگهدار لباس خویش را و حتی فرموده است که اگر لباس تان کثیف و ملوث باشد عبادات تان قبول نمیشود قسمیکه در اثر ناپاک بودن لباس و وجود انسان نماز قبول و پذیرفته نمیشود. لذا یک حقیقت مسلم است که اگر لباس انسان چرکین و کثیف میباشد نه تنها مردم محیط متنفر و دوری میجویند بلکه جسم و جلد انسان نیز به امراض گوناگون مصاب میشود در اثر چرک بودن لباس در اثنای عرق نمودن سوراخ و بیخ موی های بدن مسدود شده که در اثر بند شدن سوراخ های جلد بدن هواء و آب اضافی بدن که به قسم عرق از بدن

خارج میشود خارج نشده و زمینه برای فعالیت مکروب ها مساعد گردیده و جسم و وجود را بیمار ساخته که در نتیجه جلد به امراض مکروبی مبتلاء میشود . همچنان حضرت بهترین عالم محمد مصطفی (صلی الله علیه وسلم) در مورد صحت ارشاد میفرمایند (نعمتان مقبون فیهما کثیرة من الناس الصحه والفرغ) دو نعمت است که خداوند برای انسان اعطاء و ارزانی نموده است یکی صحت و دیگری وقت فراغ اما انسان به احسان خداوندی پی نبرده و قدر هر دو را نمیداند واقعیت چنین است اگر انسان در لابلای زرین و مرواریدگونه معانی و تفسیر حدیث نبوی (صلی الله علیه وسلم) تدبر و تفکر نموده و به آن عمل کند بدیهی است که صحتش سالم و یک انسان صحت مند و تندرست بار آمده و میتواند به مردم و جامعه و ملت خویش خدمت نموده و مسئولیتی را که خداوند اقدس تواناء به ذمه اش گذاشته برحسب توان و قدرت خود اداء نماید .

واقعاً اگر انسان قدر صحت و وقت فراغت را بداند میتواند هم خود را سازد و هم جامعه خویش را بصورت اساسی اعمار نماید و با داشتن صحت کامل میتواند انسان در همه امور زندگی پیروز مندانه رسیدگی نموده و به جامعه خود مصدر خدمت گردد و اگر انسان مریض بوده و صحت نداشته باشد نه خود را نجات داده میتواند و نه به جامعه و مردم خود خدمت کرده میتواند . باید تذکر داد که اسلام در مورد نماز های پنجگانه امر نموده که وضو گرفته و به نماز استاده شوید حتی وضو را کلید نماز خوانده است وقتی انسان پنج وقت وضو گرفته و به پیشگاه پروردگار استاده

میشود هم جسمش پاک و هم ضمیر و اندرونش پاک میگردد در قسمت وضو باید عرض نمایم که حضرت پیغمبر (ص) فرموده است : ایا اگر نهری در پهلوی خانه تان باشد و روزانه پنج بار غسل نماید در وجود تان کثافت باقی خواهد ماند ؟ اصحاب فرمودند : نخیر . انحضرت (ص) فرمودند : اگر انسان روزانه پنج وقت جهت نماز خویش وضو میکندم کثافات اعضای بدنش از بین میرود و هم الودگی های قلبش را که گناهان میباشد پاک میکند و اندر چقدر دین مبارك مکمل است که ارزش ها و نیازهای بشری را برآورده و جوابگوشده و چه خدای بنده نواز و مهربانی که بایک عمل سهل انسانها را از بدبختی و میکروب ها و امراض روحانی و جسمانی به سوی نور هدایت و خوشبختی ها و سعادت و نجات ابدی سوق میدهد . اگر نظر دور تری به موضوع دیگری که اسلام نیز از آن متنفر بوده و انسانها را از عمل مذکور مانع شده است با ندازیم زنا و لواطت است قسمیکه قبلاً تذکر دادیم نمایگانه عبادت محترم و احسن است که انسان را از شرفحشاء و منکرات نجات میدهد انسانهایی که به مرض زنا و لواطت گرفتار و دچار هستند جسم شان کثیف و غیر سالم میباشد در اثر زنا و لواطت انسان به چندین امراض دچار میشود و اولاد بیکیه در اثر زنا تولد میشوند اکثریت ناقص الاعضا بار می آیند که حتی با میکروبها و جراثیم شان جامعه را دگرگون و فاسد می سازند . و یکجا شدن دو جنس مذکر نیز امراض گوناگونی را در جامعه منتشر می سازد اگر تاریخ دنیای غرب و شرق و کشور های غیر اسلامی را ورق بزنیم جوامع مذکور غرق فحشاء و بدبختی بوده و در منجلا ب فساد و رذیلت غوطه

و رهستند و فقط ماده و مادیات و فحشاء زیربنای زندگی آنها می‌باشد و همه آن جوامع به امراض گوناگونی دچار هستند روی همین مناسبت اسلام نکاح را سنت قرار داده و حضرت پیغمبر فرموده اند: ازدواج نمائید من به کثرت امت خویش افتخار مینمایم پس جامعه‌ای که دران زنا و لواطت یک عمل عادی باشدان جامعه به وحشی‌گری می‌گراید که از دایره اسلام خارج و اسلام انراء پیرو خویش نمی‌پندارد. در اسلام نه تنها عمل زنا و لواطت محکوم شده بلکه بخاطر جلوگیری و اجتناب از دو عمل زشت مذکور و بهبود انسانها و شگوفانی جامعه حد و جزای را طبق دستور و فرمان الهی و ارشادات حضرت محمد (ص) تعیین و مورد تطبیق قرار داده است تا نشود که انسانها به این اعمال وحشیانه دست زنند. در قرن حاضر دو ابر قدرت وحشی غرب و شرق و اقمار شیطانی شان که کشور های غیر اسلامی می‌باشد خود ها را پیش رفته و متمدن و مجهزه مادیات میدانند و با این زور گوئی و وحشی‌گری خویش می‌خواهند که ممالك اسلامی و کشور های بی طرف را به حلقوم خویش فروبرده و برانها حاکمیت نمایند زیرا آنها به فرماین مقدس الهی و ارشادات نبوی ایمان نداشته و با اسلام سخت در تضاد اند و به این دو مرض مهلك زنا و لواطت د چار می‌باشند حتی فرق بین زن خود و زن اجنبی را نادیده گرفته و بر

یکدیگر تجاوز مینمایند در اثر این دو عمل مرض ایدز که از نگاه طب مرضی است ساری و تباه کن و روزانه تعدادی کثیری از مردم انگشور ها در اثر آن از بین میروند و یا از حالت انسانی خارج میشوند چون در کشور های اسلامی قرآن حاکم و دستورات الهی و سنت محمدی (صلی الله علیه وسلم) تطبیق و پیاده میشود و عمل زنا و لوطت دیده نمیشود لذا در کشور ها و جوامع اسلامی مرض ایدز سراغ نمیشود.

دین مقدس اسلام مسلمین را به سوی پاکی و صفائی و نور که قرآن عظیم الشان است فرامیخواند حضرت محمد (صلی الله علیه وسلم) در مورد نظافت (النظافت شطرا لایمان) یعنی نظافت جز ایمان است از حدیث فوق چنین نتیجه بدست می‌آید که نظافت ایمان انسان را استوار و قوی ساخته و مکمل می‌سازد و اگر در نظافت خود و خانواده و جامعه و ماحول خویش سعی و کوشش و تلاش نماید درحقیقت ایمان خویش را حفظ و احترام کرده است در صورتیکه انسان پاک و نظیف می‌باشد عباداتش بدربار خداوند (جل جلاله) قبول میگردد زیرا خداوند (جل جلاله) خودش پاک است و پاکان را دوست دارد انسانی که کثیف و ناپاک است در ایمانش رخنه بوده و باید تجدید عمل نموده و ایمان خویش را به پایه اکمال برساند.

تشویشاتیکه مترافق با درجه حرارت بلند محیطی بوجود می آید نوشته: دکتر محمد شفیع میهنی

بوجود انهم يك ارتباط قابل ملاحظه بين انها موجود است و حالات متذکره مشمول يك سند روم اند که از يك نظر قابل توجه اند .

وقوع ^۱سند روم ناشی از حرارت بلند محیطی تاکنون معلوم نیست لیکن در طول يك تابستان عادی ۲۰۰ واقعه گرما زدگی در امریکا را پور داده شده است که البته وقوعات جل زده گی در مناطق حاره و گرم نظر به عدم موجودیت وسایل تهویه کافی همگانی و شرایط اقتصادی نامطلوب بمراتب بیشتر خواهد بود . در طول امواج گرمی جولای سال ۱۹۸۰، ۱۳۶۵ واقعه مرگ از اثر گرمازدگی (Heat Stroke) راپور داده شده است .

سند روم درجه حرارت بلند یا (Heat syndrome ترجیحا در درجه حرارت بلند (بلند تراز ۹۰ درجه فارنهایت) درجه بلند رطوبت محیطی بلند تر از ۶۰ درجه و در اشخاص مسن بوجود می آید . هم چنان نزد کسانیکه امراض دماغی دارند الکول می نوشند ، ادویه - انتی پسیکوتیک ، دیورتیک و انتی کولینر جیک

اکنون که فصل گرما فرارسیده و هوا روز بروز گرمتر می شود بی مورد نخواهد بود تا خوانندگان محترم را در جریان موضوع قراردهیم و ببینیم ترفع درجه حرارت محیطی چه تغییرات و حالاتی را برای وجود انسان بمیان می آورد ، اعراض و علایم ان چگونه است و چطور میتوانیم تاحد ممکن خود را از این حالت مشکل نجات دهیم و وقایه نمائیم و در صورت بمیان آمدن حالات مرض بکدام اقدام و وسیله متوصل گردیم .

با بلند رفتن درجه حرارت محیطی چهار نوع سندروم (مجمع الاعراض) کلیتکی بمیان می آید :

۱ - کرمپ های عضلی (تشنج عضلی)

۲ - خستگی و فرسوده گی ناشی از حرارت

بلند محیطی

۳ - جروحات حرارتی جهدی

۴ - گرمازدگی

اگرچه هر کدام این حالات ممکنست از دیگران نظر بوضع کلینیکی قابل تفکیک باشد

از وسایل طبیعی بسیار مؤثر کنترل حرارت عضویت است بدون تغییر درجه حرارت عضویت و یا تغییر جزئی آن بمیان آمده میتواند. تا زمانیکه تعرق ادامه می یابد انسانها توانایی آنرا دارند که بمقابل درجه حرارت بلند بقدر قابل ملاحظه ایستاده گی نمایند و این در صورتی است که آب و سودیم کلوراید که مهمترین مواد ترکیب کننده عرق است معاوضه گردد.

غلظت سودیم کلوراید در مایع نسج بین الخلائی متنوع بوده و بعد اصفری غلظت میرسد برای اینکه قابلیت ظرفیت تعرق افزایش یابد یک میکانیزم عظیم و مغلق بخاطر محافظه نمک در موسم گرما است. توسع او عیه محیطی بخاطر پراکنده ساختن حرارت یک کوشش دیگر است که از این طریق عضویت خود را با درجه حرارت بلند محیطی تطابق دهد. تغییرات دیگر شامل کاهش مجموعی حجم کتله دموی، کاهش جریان خون کلیوی، تزاید انتی دیورتیک هورمون (ADH) و همچنان دوسترون تناقص سودیم

ادرارویک تزاید در تعداد نبض و تنفس بصورت نورمال عموماً Acclimatization ۴ تا ۷ روز را در برمی گیرد. مقدار بلند دوسترون سبب ضیاع پتاسیم شده که این حالت بامعاوضه سودیم بدون پتاسیم تشدید میگردد. در مرحله اول یک تزاید دهانه قلبی بمیان آمده اما در صورتیکه درجه حرارت محیطی بسیار بلند برود عودت وریدی کاهش یافته و امکان آن موجود است که عدم کفایه قلبی بمیان آید هرگاه درجه حرارت محیطی که بلند تر از درجه حرارت عضویت است دوام

اخذ می نمایند بیشتر دیده می شود. برعلاوه این حالت مرض درخانه هایکه ایرکندیشز ندارند و جریان هوای ازاد میسرنیست مسکونین را ماؤف می سازد. این سند روم مخصوصاً در مرحله اول یک ترفع درجه حرارت بلند قبل از اینکه Acclimatization مؤثر بمیان آمده باشد زیاد تربوقوع می پیوندد.

وقایه این سند روم با اتخاذ تدابیر ذیل امکان پذیر می گردد:

- ۱ - قبل از معروض گردیدن به هوای گرم محیطی مقدار وافر مایعات باید نوشیده شود.
 - ۲ - اشخاص مسن و اطفال بسیار خورد که مساعد خطر این حالت مرض انداز معروض گردیدن بحرارت بلند محافظت گردند.
 - ۳ - در موسم گرما پوشیدن لباس نازک توصیه میگردد.
 - ۴ - گرفتن حمام آب سرد روزانه چندین مرتبه مفید است.
 - ۵ - تاحد امکان دریک محیط سرد باید کار نمود.
 - ۶ - اجتناب از فعالیت های شدید فزیک از این سند روم مخصوصاً از گرما زدگی جلوگیری خواهد نمود.
- اکنون می بینیم Acclimatization چیست؟ یعنی چطور توافق یا سازش با آب و هوای یک محیط صورت میگیرد متاسفانه تاکنون میکانیزم واقعی که انسانها توسط آن بادرجه حرارت بلند محیطی خود تطابق میدهند دانسته نشده است.
- توافق یا سازش با آب و هوای یک محیط قدمه تعرق را تزاید نمی بخشد هر چند تعرق یکی

اساسی میباشد .

زمانی این کرمپ های عضلی ، عضلات جدار بطن را مأؤف میسازد که بشکل يك بطن حاد جراحی تظاهر می نماید حتی در چنین اشخاص بصورت اشتباهی عملیات اکتشافی جراحی اجرا گردیده متأسفانه باننتائج مصیبت بار معاوضه سودیم کلوراید قبل از جراحی این عمر جراحی را لزوماً مرفوع نموده است .

خستگی های ناشی از حرارت :

بی حالی ، افتاده گی و یا کولاپس از جمله سند روم های بسیار متداول ناشی از حرارت بلند محیطی خواهد بود . این سند روم يك عكس العمل عدم کفایه قلبی و عالی را در مواجهه درجه بلند حرارت محیطی منعکس ساخته و مخصوصاً نزد اشخاص مسن که ادویه دیورتیک میگیرند بیشتر عمومیت دارد ، ضعفیت ، سرچرخی ، سردردی ، بی اشتهاپی ، دلبدی ، استفراغ ، تقاضای فعل تفوط و بیحالی ممکنست قبل از کولاپس بمیان آید . این حالت کولاپس در نزد اشخاصیکه از نظر فیزیکی فعال اند و نیز در نزد افراد محکوم به بستر نیز میتواند بوقوع بپیوندد . شروع کولاپس عموماً سریع بوده و دوام ان کوتاه است در مرحله حاد مریض بشکلی خاکستری خاکی رنگ معلوم می شود جلد مریض سرد و مرطوب است ، حدقه ها متوسع است ، فشار خون مریض ممکنست پائین باشد و شمار نبض سریع ، چون حالت افتاده گی و ناتوانی که قبل از معروض شدن بحرارت بمیان می آید طولانی است درجه حرارت عضویت ممکن است نورمل و یا تحت نورمل باشد طول زمان معروض

نماید حرارت عضویت احساس گردیده و Hyperpyrexia در وجود انکشاف مینماید .

کرمپ های عضلی :

این از جمله سند روم های بسیار سلیم است که از اثر حرارت بلند محیطی بوجود می آید این کرمپ های عضلی باسپزم دردناك عضلات ارادی مشخص گردیده و معمولاً بعد از يك تمرین شدید بوجود می آید . بصورت عمومی تنها افرادیکه حالت فیزیکی بهتر دارند د چار این سند روم میگردند در به میان آمدن این حالت پتالوژیک ضرور نیست که حرارت محیطی بیشتر از حرارت عضویت باشد ونیز معروض گردیدن مستقیم به آفتاب شرط بمیان آمدن این حالت مرض نمیشد درجه حرارت عضویت عموماً بلند دریافت نمیگردد . کرمپ های عضلی بعد از تعرق زیاد و حتی ممکن است بعد از تمرینات شدید تشدید گردد حتی در محیط سرد و در اشخاصیکه قبلاً تمرین ورزش ندیده اند و لباس زیاد پوشیده اند .

چون عضلات نهایات باروفشار فعالیت فیزیکی را متحمل میگردند از این سبب وقوعات بلند کرمپ را نشان میدهند معاینه فیزیکی مریض در فاصله حمله نورمل است . معاینه خون مریض يك کاهش غلظت سودیم و کلوراید را نمایان می سازد ، اطراح این مواد ایونیك از طریق ادرار بصورت مشخص پائین است . تداوی این حالت با تجویز سودیم کلوراید صورت میگیرد . توقف کرمپ های عضلی با معاوضه نمودن سودیم کلوراید و اب مرتبط بوده و این نظریه را تقویه مینماید که علت کرمپ های عضلی کمبود این الکترولیت های

شدن بحرارت بلند و پیمانه وسعت که عرق ضایع میگردد درجه غلظت خون را تعیین مینماید .

تداوی این حالت عبارت است:

انتقال مریض بیک جای سرد و وضعیت دادن مریض بحالت خوا بانیده ، شفاف بنفسه عموماً بزودی بمیان میاید . تجویز داخل وریدی محلولات سیروم فزیولوژیک و یا خون بسیار نادر ضرورت می افتد . اگرچه میکانیزم پیدایش Prostration بصورت ابتدایی کاهش آب و سودیم نیست ، لیکن این احتمال موجود است که دادن این الکترولیت ها از بروز این حالت مرض در افرادی که معروض حرارت بلند محیطی اند جلوگیری مینماید .
Exertional Heat injury :

این سند روم در افرادی که فعالیت زیاد فزیک را در محیط گرم محصور شده که درجه حرارت ان در حدود 80F و رطوبت محیطی نیز بلند باشد بوجود می اید این حالت مرض بیشتر در اشخاصی که در مسابقات ورزشی دویدن اشتراك مینمایند ، Acclimatization شان کافی نیست ، تهویه ناکافی است و یا اینکه قبل از دوش و در جریان دوش بمقدار کافی اب ننوشیده اند عمومیت دارد ، چاقی ، سن پیشرفته و افتاب زده گی سابقه از جمله فکتور های مساعد کننده محسوب میگردد . برخلاف جل زد گی کلاسیک افراد این حالت مرض عرق مینمایند و درجه حرارت عضویت شان پائین تراست از (102 - 104F) برخلاف جل زده گی که درجه حرارت دران (۱۰۶ درجه فارنهایت) و یا بلند تر از ان میباشد . اعراض این حالت مرض عبارتست از سردردی ، راست شدن موهای وجود

ناحیه صدری و بازوها ، احساس سردی ، تنفس سریع ، دلبدی ، استفراغ ، کرمپ های عضلی ، تشوش موازنه رفتار لرزان و نامتعادل و تکلم متناقص و بی ربط در بعضی افراد ضیاع شعور بوقوع می پیوندد . معاینه فزیک یك تکی کار دی ، تفریط فشار خون و شواهد مقویت محیطی پائین را وا نمود می سازد . معاینات لا براتواری (Hemoconcentration ، هایپه نوتریمی) یك تشوش غیر نور مال انزایم های کبدی و عضلی ، کاهش کلسیم خون ، کاهش فوسفات خون و در بعضی حالات هیپوگلیسمی نشان میدهد .

در بعضی مریضان تناقص تعداد صفيحات (دموی) ، D.I.C, Hemolysis Acut tubular necrosis, Myoglobinuria, Rhabdomyolysis بوجود می اید . از این اختلالات بسیار و خیم باتداوی فوری و جدی جلوگیری شده میتواند تداوی این حالت عبارتست از : قرار دادن مریض تحت یك پوشش تر سود بمنظور پائین آوردن درجه حرارت عضویت مریض در حدود (۲۸ درجه سانتی گراد) تا جایکه امکان داشته باشد هر چه زود تر صورت گیرد . مساژ هر دو طرف علوی و سفلی بمنظور بهبود بخشیدن جریان خون از عمق به سطح عضویت و تجویز مایعات بصورت مقدم شامل سیروم گلوکوز و فزیولوژیک هیپوتونیک . مریض باید در شفاخانه بستر گردیده و تا ۲۶ ساعت تحت مشاهده قرار گیرد .

این حالت مریضی توسط اقدامات ذیل جلوگیری شده میتواند :

۱ - مسابقه دوش صبح وقت (ساعت ۸

سبب تنبه عودت خون محیطی سرد باعضای بسیار گرم شده مانند دماغ واحشا گردیده و ضیاع حرارت وجود را تسریع می بخشند . مریض باید بامایعات هیپوتونیک بقدر کافی تداوی گردد .

برای کاهش لرزه مریض مشتقات فینو تیارین ممکن است کمک زیاد نماید تجویز منبهات مانند و پی نینوین و نارکوتیک مفاد استطببات است . C.V.P. و مقدار ادرار ۲۴ ساعته مریض باید اندازه گردد .

حمام فوری با آب سرد ، مساز اطراف علوی و سفلی ، دادن مقدار کافی مایعات همزمان با تهیه یک طرق تهویه مناسب اجتناب از Aspiration تداوی Coma اختلاجات ، مراقبت اریتمی به زنده ماندن اکثریت مریضان منجر

خواهد گردید (بحکم خداوند لایزال) مخصوصا کسانی که جوان اند و در گذشته صحت مند بوده اند .

بدبختانه فقرا ، مریضان و اشخاص مسن که بزودی تا زمانیکه از حادثه جل زده گی شان چند ساعتی گذشته باشد دستیاب نگردند یک انزار بسیار ناگوار دارند . از هر دو حالت دی هاید ریشن و عدم کفایه قلبی احتراز بعمل انزار آید . در واقعات خونریزی خون تازه بمریض داده شود و حادثات واضح D.I.C ضرورت به هیپرین دارد (۷۵۰۰ واحد هر ۶ ساعت بعد) اولیگوری مفید و دوامدار یک استطببات برای دیالیز مقدم محسوب میگردد .

توزیع شهادتنامه ها (بقیه ص ۳)

شان توصیه نمود که از محدوده صلاحیت های مسلکی خویش پافرا تر نگزارند ، رئیس انستیتوت صحت عامه همچنان از همکاری موسسه فریدم میڈیسن که از بدو تاسیس وزارت صحت عامه دولت اسلامی افغانستان صورت گرفته و باسپری شدن ماه یازدهم تمام فعالیت های خویش را در چوکات وزارت صحت عامه مدغم میکنند اظهار قدردانی و خوشی نمودند .

درین محفل خانم سوزان مسئول تعلیم و تربیه فریدم میڈیسن ، دوکتور تابش استاد کورس مذکور و یکتن از فارغین بیانیه هائی ایراد نمودند .

در اخیر محترم دوکتور نجیب الله (مجددی) معین اول وزارت صحت عامه دولت اسلامی افغانستان به لسان دری و انگلیسی سخنانی ارزنده ایراد نمودند . ایشان هم از همکاری موسسه فریدم میڈیسن اظهار تشکر و قدردانی نموده و فارغین کورس را متوجه مسئولیت های سنگین شان در قبال ملت مسلمان افغانستان نمودند ، بعداً محترم دوکتور مجددی شهادت نامه های فارغین را به آنها توزیع نمودند .

محفل بادعائی توسط محترم دوکتور سید فضل الربانی رئیس طب معالجوی خاتمه یافت .

سنگ های کلیوی

مرتب: سیدین یعقوبی

گرده ها در پیش دیواره خلفی شکم در ناحیه کمری، در طرفین ستون مهره ای و در میان توده ای از بافت چربی قرار دارند طول هر گرده (۱۰ - ۱۲ سانتیمتر) عرض آن (۶ - ۷) وضخامت آن در حدود (۴ سانتیمتر) در نزد افراد بالغ وزن هر گرده (۱۲۰ - ۱۸۰ گرم) میرسد. گرده راست کوتاه تر از گرده چپ است.

تقسیم بندی سنگ ها:

سنگ ها تجمعات کریستال های ناشی از رسوب موادی موجود در محلول ها میباشد و آنها را به روش های متفاوتی تقسیم بندی میکنند.

گروه بندی براساس جنس:

۱ - سنگ های ناشی از املاح کلیسیم (a)

فسفات کلسیم (b) و کلسیم اکسالات

۲ - سنگ های اسید یوریکی Acid Uric

۳ - سنگ های سیستینی

۴ - سنگ های استروئیدی یا شاخ گوزنی

تقسیم بندی براساس محل:

- سنگ های گرده (a) در کالیسها

(b) (CALYCES) در حویضه گرده

۲ - سنگ های حالب

۳ - سنگ های مثانه

۴ - سنگ های پیشابراه

تقسیم بندی براساس اندازه و موقعیت:

۱ - سنگ های بزرگ: معمولاً در حویضه

سنگ گرده نامی آشنا برای همه ماست و شاید کسی نباشد که افراد مبتلا به سنگهای دستگاه ادراری را ندیده باشد. در مقاله حاضر سعی ما شناساندن اعمال دفاعی بدن در مقابل تشکیل سنگها انواع پیشگیری از ابتلا به آنها میباشد.

دستگاه ادراری (Urinary System):

دستگاه ادراری شامل اندامهای زیر است:

- گرده ها (Kidneys) که ترشح ادرار

مینمایند و در نواحی پهلوها قرار دارند

- حالب ها (Ureters) که ادرار مترشحه را از

گرده ها بطرف پائین هدایت مینمایند.

- مثانه (Bladder) که بمنزله مخزن برای

جمع شدن ادرار است.

- مجرای ادرار (Urethra) که ادرار جمع شده

در مثانه را به خارج تخلیه مینمایند.

چرا تمامی ما به سنگهای کلیوی (گرده)

مبتلا نمیشویم؟

کلا بدن انسان دارای مکانیسمهای دفاعی

چندی در مقابل تشکیل و نگهداری سنگهای مجرای

ادراری میباشد و اگر این مکانیسمهای دفاعی

وجود نداشته باشد تمامی ما مجبور بودیم درد

های عذاب آور ناشی از سنگهای کلیوی را که از

شدید ترین دردها میباشد تحمل کنیم.

کلیه ها (Kindeys):

سنگ های سیستینی :

شیوع بسیار کمی دارند (حدود ۱٪) و بیشتر در افراد کوتاه قد دیده می شوند بنابراین مسئله دخالت ارث در آنها به اثبات میرسد ادرار اسیدی سبب افزایش احتمال ابتلا به این سنگها میشوند .

سنگ های استراویتی :

سنگ های بزرگ ، خطرناک و شایع خصوصاً در خانم ها میباشند و ارتباط مطلق با عفونت دارند این سنگ ها معمولاً در (Pelvis یا حوضه) قرار داشته شکل اناتومیکی انرا بخود میگیرد لذا به سنگ های شاخ گوزنی نیز معروفند .

معمولاً سبب ایجاد این سنگ ها میکروبی بنام پروتئوس در عفو نتهای مزمن میباشد . علت شیوع زیادی این سنگ ها در خانمها وجود استعداد زیاد جهت ابتلا به بیماری عفونی دستگاه ادراریست .

یادآوری ها :

- ۱ - عوامل زمینه ساز جهت تشکیل سنگ ها
- ۲ - تظاهرات بالینی سنگ ها
- ۳ - چه کنیم تا به سنگ های (Kidneys)

مبتلا نشویم

- ۴ - درمان سنگ های گرده ای
- ۵ - درمان طبی و داروی
- ۶ - درمان دردهای کلیوی ناشی از وجود

سنگ

- ۷ - درمان جراحی (Surgical Treatment)

راجع به هفت مواد فوق بعداً معلومات کافی در اختیار علاقمندان خواهیم گذاشت .
ادامه دارد .

قراردارند و گاهی باعث ایجاد اسید هماچوری (Haematuria) خون شاشی و افزایش استعداد نسبت به ابتلاً عفونتها میشوند سنگ های بزرگ میتواند بودن علامت بوده و طی آزمایشات رادیو لوژیکی جهت مسایل دیگر کشف شوند .

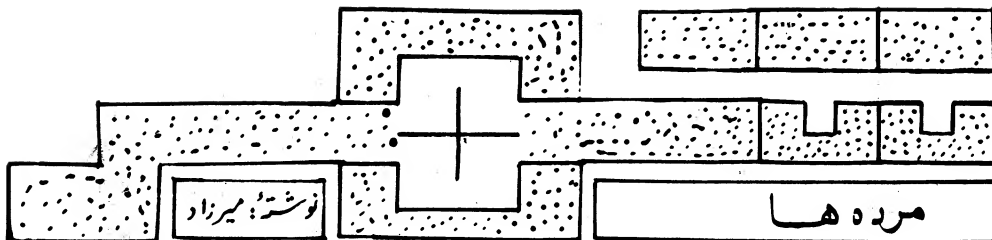
۲ - سنگ های کوچکتر : معمولاً با جریان ادرار وارد حالب ها و دیگر مجاری شده باعث ایجاد انسداد و دردهای شدیدی میگرددند . جهت درك بهتر مطالب بعدی دراینجابه توضیح نکاتی پیرامون تقسیم بندی ها میپردازیم .

سنگ های کلسیمی :

کلا در حدود ۷۵ - ۸۰٪ تمامی سنگ ها را سنگ های ناشی از تجمع املاح کلسیم خصوصاً کلسیم فسفات و کلسیم اکسالات ، کلسیم تشکیل میدهند ، سن شروع تشکیل این سنگ ها معمولاً از دهه سوم ببعد است و مسله دخالت ارث در ایجاد آنها اثری ثابت شده میباشد . معمولاً در افرادی که گرده آنها يك سنگ ساخته ، باردوم نیز سنگی تشکیل خواهد شد . ادرار ملتبیایی تشکیل این سنگ ها را تشدید میکند .

سنگ های اسید یوریکی :

مجموعاً حدود (۵ - ۸٪) سنگ های مجاری ادراری را تشکیل میدهند و در ایجاد آنها ارث اهمیت بسیار زیادی دارد همچنین ادرار های اسیدی بدلیل کاهش انحلالیت و افزایش سرعت اشباع تشکیل این سنگ ها را تشدید میکنند تقریباً ۵۰٪ افراد مبتلا به نقرس که يك اختلال متابولیسم اسید یوریک میباشد سنگ های اسید یوریکی را نشان خواهد داد .



در سکوت کامل شب، آرامش جانکامی حکمفرماست، این آرامش را گاهگامی صدای رگبار مسلسل ها و تک فیرهای توپ و راکت ها که از دور دست ها به گوش میرسد، می شکند و آواز های گوشخراش نظامیان که اینسو و آنسو به گزمه و پهره مشغول اند، انرا شاخ و برگ میدهد.

خواب گرانی برچشمانم سنگینی میکند، ولی هرباری که چشمانم را می بندم، کابوسی سهمگین از جاجتکه ام میدهد و بی اختیار روی بستر می نشینم، درمیان تاریکی داخل اتاق از عقب پنجره های بسته، بیرون را نگاه مینمایم همه جا تاریک است، تاریکی کشنده و ترس آور.

پرده های پشت پنجره را به آهستگی جا بجا مینمایم و بی صدا دوباره روی بستر دراز می کشم، درمیان نیمه بیداری، آواز نحیفی توأم باناله و گریه میشنوم، شتابرده از جا می پریم، چشم هایم را می مالم، انگار خواب دیده ام.

باعجله پنجره را باز مینمایم، به منزل همسایه صدا می زنم و صدایم را بلند و بلند تر مینمایم، نورکم رنگی از چراغ تیلی درلابلای شاخه درخت ها سو سو میزند، چراغ نزدیک و

نزدیکتر میشود، صدای آشنایی به گوشم میرسد که التماس کنان می گوید: «معاون صاحب مریض شده، تکلیفش بسیار زیاد است شماره به خدا کمک کنین، هر چه زود تر، او را به شفاخانه برسانین». باشنیدن نام معاون صاحب ارتعاش محسوسی سرپایم را فرامی گیرد وی افسر پولیس است، مسلمان خوب و خدا پرست است، نفرت عجیبی در برابر روسها و کمونیست ها دارد. روزها باهم می نشینیم، درد دل مینماییم و برای گریز از ظلم و استبداد رژیم مزدور، راه و چاره می جوئیم. معاون صاحب مرض قلبی دارد، یکی دو سال است تکلیفش زیاد شده. مرضش خیلی خطرناک است، خدا خیره پیش بیاره.

با عجله لباس هایم را عوض مینمایم، از منزل خارج میشوم و در تاریکی وحشت آور شب، بالای جاده عمومی منتظر موتر گزمه می ایستم، ساعت در حدود ۱۲ شب است، جاده ها همه مانند شهر مرده ها در سکوت مطلق فرو رفته اند. سرکها و منازل همه تاریک اند و برق نیز مانند شبهای گذشته وجود ندارد.

هر لحظه و هر دقیقه مانند سالی بالایم

سپری میشود، در مدت ده پانزده دقیقه ایکه بالای سرک ایستاده ام وبیتابانه انتظار موتری را می کشم، حتی صدای موتری از دور نیز به گوشم نرسیده است.

در فاصله یکصد متری منزل مایپوسته امنیتی قرار دارد، باگام های سریع بطرف پوسته به راه می افتم، هنوز فاصله یی چندر از پوسته را طی نکرده ام که از داخل غرفه چوبی جلوپوسته صدای گوشخراشی بلند میشود، باشنیدن (دریش) در جای خود میخکوب میشوم، عسکر مسلح در حالیکه میله کلاشینکوف را بسویم نشانه گرفته است، آهسته آهسته جلومی آید، باوار خطائی می گویم: ضابط صاحب، مریض داریم، مارا کمک کنین، باعصبانیت میگوید، چی کمک کنیم ببریش شفاخانه.

- صاحب شفاخانه می بریمش، اما قیود شب گردی است، موتر نداریم، نام شب نداریم: عسکر مسلح که من او را ضابط صاحب خطاب مینمایم کلشینکوفش را روی شانه می اندازد و بالهجه آمرانه میگوید، باش نوکریواله بیدار کتم. بعد از چند دقیقه عسکر مسلح درپیشروی آن مرد دیگری کшал، کशल به من نزدیک میشود، بالهجه خشن میگوید: چی گپ است؟

- صاحب مریض داریم، تکلیفش بسیار زیار است، لطفاً مارا کمک کنین، نوکریوال صاحب که سخت عصبانی به نظر میرسد باخشونت میگوید: چی کمک کنیم: به برینش شفاخانه.

فکر میکنم هنوز نوکریوال صاحب منظورم را نفهمیده است، باکلمات شمرده حرفم را تکرار

مینمایم، صاحب موتر نداریم، فام شب نداریم. - به بلایم که ندارین، مه ده پشت خود ببرمش؟

- صاحب ده پشت نبرین، شما موتر دارین، نام شودارین، و بعد به چند موتریکه در برابر پوسته توقف کرده بود اشاره مینمایم و میگویم: اینه صاحب، یکی از این مور ها را لطف کنید، امر نمائید تا مریض ما را به شفاخانه برسانند.

نورکریوال صاحب در حالیکه سخنانم را به استهزا گرفته بود و رنج و غمی را که من دران لحظه میکشیدم، احساس نمیکرد، خنده کنان گفت، خوب دیگه چی، يك اتاق لوکس هم برای تان فرمایش بدهیم.

خدایا! با چه انسان های مقابل هستیم، این انسان نیست، حیوان است، وحشی است، اخر انسانیت، اخلاق و کرامت انسانی، چرا دراین هاوجود ندارد، دلم میخواهد، چیغ بزنم، فریاد بکشم و دران دل شب باسر و صداهایم تمام اهل کوچه را از خواب بیدار نمایم، ولی شیطان را لاحول مینمایم و بازهم باتضرع میگویم: (صاحب) شما را به خدا به مریض ما رحم کنید، معاون صاحب مریض است، او رفیق خاروندوی شماست، صدای قهقه نوکریوال صاحب بلند میشود، (معاون صاحب خاروندوی مریض است) تلفون کو به وزارت داخله، به قوماندانی خاروندوی، به گلابزوی که شفاخانه ببرنش، کور هستی، اینجا پوسته خاد است، خاد.

چه اشتباه بزرگی، اشتباه از من بود که باوجود آگاهی از اختلافات عمیق خاد و

ما از منزل بالای اپارتمان بلند میشود و هنگامیکه صدای مرامی شناسد بامهربانی احوال خیریت می گیرد.

- صدقه سرتان، موتر چی که خودم کارباشم دریغ نمیکنم، واین حرفهای يك انسان کامل، يك مسلمان پاك و خدا پرست بود که اهل کوچه همه او را بنام حاجی صاحب احترام مینمودند و عزت میکردند.

حاجی صاحب شخصاً موترش را از گاراژ خارج مینماید و به همکاری عسکر پوسته که نام شب دارد، مریض را به نزدیکترین شفاخانه انتقال میدهم.

لوحه بزرگ شفاخانه که در بالای آن چراغ قرمز رنگ نیون، نور افشانی مینماید، چشم ها را خیره میکند، (شفاخانه عاجل علی آباد)

درمیان دهلیز ها آدم هائی، اینسو و آنسو در حرکت اند، از داخل اتاق ها صدای شیون مریضداران و ناله مریضان بلند است، بوی زننده دوا در دهلیز ها و اتاق ها سررا به گیج می آورد.

مریض را به اتاق عاجل انتقال میدهم، دو نرس در حالیکه لباس های سپید به تن دارند، مریض را معاینه میکنند و زیر زبان چیز های میگویند. از محتوای صحبت های آنها میدانم که تکلیف مریض زیاد است و داکتر نوکریوال باید او را معاینه نماید.

نرس ها میروند، مری همچنان ناله میکشد، اتاق عاجل پراز مجروحان جنگی است، اکثر آنها ملیشه ها اند که در اثر حملات مجاهدین مجروح شده و به اینجا انتقال یافته اند، تعداد مجروحین

خارندوی، برای معاون صاحب از خادیست ها کمک میخواهم.

هنوز مشاجره من و نوکریوال خاد به پایان نرسیده بود که چند طفل قدونیم قد فامیل معاون صاحب، دوان، دوان بطرف ما نزدیک شدند، و با سرآسیمگی گفتند: کاکا جان، چطور شد، موتر نبامد و من بدون آنکه جوابی بدهم، نوکریوال صاحب برای آنها گفت: موتر اتیل نداره چك تیل نداره، نفر های ما پای پیاده گزیه می کنن.

مایوسانه به منزل برمیگردیم، سخنان نوکریوال خاد مانند چکش گران بفرقم فرود می آید، (تلیفون کو به وزارت داخله، به خارندوی) به

دست از پانمی شناسم، مانند کشتی غرق شده در میان امواج اوقیانوس ها دست و پامیزنم و برای نجات از این طوفان از هر خس و خاشاک استمداد می جویم، استهای نوکریوال صاحب را نادیده می گیرم، گوشی تلیفون را برمیدارم، از قوماندانی خارندوی گرفته تا حوزه های پولیس، شفاخانه ها و کلنیک ها را یکایک زنگ می زنم، یکی میگوید موتر نداریم دیگری میگوید موتر ها تیل ندارند و سومی هم قیود شب گردی را بهانه مینماید و بدین ترتیب همه مقامات رسمی دولت ملحد بی خدائی و بی دینی شانرا عملاً در آن شب به اثبات میرسانند و از انجام کوچکترین خدمت انسانی به يك انسان مریض خود داری مینمایند.

دوباره از منزل خارج میشوم، این بار به امستگی دروازه منزل همسایه مقابل منزل خود را تگ، تگ مینمایم، بعد از چند لحظه صدای همسایه

بیش از حد معمول است .

دهلیز ها نیز پراز مجروحان جنگی است ، در هر طرف مجروحین مانند رمه از گوسپند ها ، بروی زمین خوابیده ، انتظار داکتر و دوا را میکشند .

ده - پانزده دقیقه سپری میشود مریض ها همچنان ناله میکشند ولی از داکتر و نرس و پرستار ، خبری نیست ، مریضداران سرآسیمه عقب داکتر و پرستاد میروند و من نیز دراین جمله ام .

دقایق به کندی سپری میشود ، بالاخره مرد چاقی که لباس سپید به تن و گوشی به گردن آویزان دارد . در اخیر دهلیز مشاهده میشود چند نرس و دوکتور دیگر در عقب او قدم برمیدارند و دور و بر آنها رامریضداران احاطه نموده است . هر يك بالتماس از اینهامی خواهند تا از مریضان شان واریسی نمایند و من هم مانند این انسان ها اتاق به اتاق دکتوران را تعقیب مینمایم . بعد از نیم ساعت نوبت مریض ما میرسد ، مریض همچنان دستش را روی سینه گذاشته ، ناله میکشد ، داکتر گوشی را بر میدارد قلب و سینه مریض را معاینه مینماید . نسخه ئی مینویسد و بدستم میدهد .

باعجله خود را به دروازه مقابل شفاخانه میرسانم ، دواخانه باز است ولی از چار قلم دوائی نوشته شده ، صرف يك قلم آن موجود است ، آنچه دردست است خریداری مینمایم و مریض با اولین پیچکاری کمی راحت میشود و به خواب فرو میرود . ساعت در حدود دوی شب است ، نرس فورمه پی دردست اسم ، محل سکونت و سن مریض را می نویسد و هنگامیکه از وظیفه اش سوال

مینماید و من جواب میدهم ، دستش سستی مینماید ، فورمه را نیمه تمام در جیب خود میگذارد و با معذرت می گوید : (رفیق مریض تانرا به شفاخانه خارندوی ببرید ، برای ما جدا توصیه شده تا افراد و صاحب منصبان خارنوی را تداوی نه نمائیم ، دراین زمینه مکتوب های متواتر از جانب وزارت داخله و قوماندانی خارندوی برای ما صادر شده است) .

مؤدبانه میگویم : داکتر صاحب ، حرف شما درست است ولی دراین وقت شب ، چگونه مریض را به شفاخانه خارندوی انتقال بدهیم ، شما می بینید وضع مریض خیلی ها خطرناك است .

- قربان : به ما امر شده ، ما هم مسئولیت داریم ، ما نمیتوانیم افراد و صاحب منصبان پولیس را داخل بستر نمائیم ، لطفاً مزاحم نشوید . مریض تانرا به شفاخانه خارندوی ببرید .

- خوب : انتقال میدهیم ، لطفاً امبولانس شفاخانه را در اختیار ما بگذارید .

رفیق امبولانس های ما تیل ندارند ، دریواران همه خانه های شان رفته اند ، از طرف دیگر قیود شبگردی است ، مشکل است تا شما را كمك نمائیم .

- داکتر صاحب ، ما هم موتر نداریم ، نام شب نداریم ، چطور میتوانیم دراین وقت شب مریض را از اینجا خارج نمائیم .

درمیان دهلیز های مزدحم شفاخانه سروصدای من بالامیشود و بالاخره به میانجی گری عده از مریضداران ، نرس ها را متقاعد میسازیم تا شب مریض ما را در شفاخانه

نگهدارند و صبح اول وقت او را به شفاخانه
خارندوی انتقال میدهم .

آنشب را مانند سالی در دهلیز های متعفن
شفاخانه سپری مینمایم و فردای آن به کمک حاجی
صاحب ، همسایه مهربان و دوست داشتنی ما
معاون صاحب را به شفاخانه دو صد بستر
خارندوی انتقال میدهم .

اینجا شفاخانه نیست ، جبهه ، داغ جنگ است ،
هر طرف مجروحین جنگی ، یکی عصادر دست ،
دیگری بروی تذکره و تعدادی هم بروی دهلیزها
و صحن شفاخانه دراز کشیده اند داکتر ها و نرسها
درمیان مریضان در گردش اند ، مریض را به اتاق
عاجل انتقال میدهم . به هدایت دوکتور معالج ،
گراف قلب ، فشار خون و معاینات طبی مریض
تکمیل میگردد ، نسخه های چند نوشته میشود ولی
از بستر نمودن مریض معذرت خواسته میشود .

از داکتر مؤظف که ظاهراً انسان خوبی به
نظر میرسد تقاضا مینمائیم . تا مریض مارا داخل
بستر نمایند . مریض هنوز تکلیفش زیاد است ، داکتر
صاحب و دوکتوران دیگر که اطراف او را گرفته
اند همه بایک صدا میگویند که در تمام شفاخانه
یک بستر هم خالی نیست ، از طرف دیگر شخص
وزیر داخله امر نموده که به جاز مجروحین جنگی
که جراحت شدید دارند ، هیچ مریض داخل بستر
نشود و بعد اشاره به دهلیزها مینمایند و می
گویند نگاه کنید ، اینجا همه مجروحین جنگ اند ،
همه مرمی خورده اند ، همه به خون ودوا نیاز
دارند .

داکتر در حالیکه بغض گلویش را می فشارد

باعصبانیت میگوید . رفیق ، روزانه ده هاسکر و
صاحب منصب از بی دوائی و بی خونی می میرند .
شما در غم بستر مانده اید .

داکتر سخنانش را ادامه میدهد ، سرش را شور
میدهد و می گوید : تقصیر از مانیست ، بهترین
دوکتوران و متخصصان ما از کشور فرار نموده اند .
دوکتوران روسی بنام دوکتور و متخصص اند ، آنها
اصلاً نرسها و یا محصلین پوهنتون های روسیه
میباشند که بنام داکتر و متخصص به افغانستان
می آیند ، و در اینجا خوب قصابی مینمایند و
بدون مسئولیت به جان مریض های ما بازی
مینمایند ، دواها هم اکثراً ساخت کشور های روسیه
و سایر کشورهای سوسیالستی اند که به درد مریض
و مریضدار نمی خورند .

می بینیم دل دکتور پر خونتر از دل
مریضداران است ، ولی چاره چیست ، چه باید کرد ؟
داکتر که به چهره پرتاماس من نگاه مینماید
و از نگاه هایم ، مرام را درک مینماید با ملایمت
میگوید : بروید از قوماندان صاحب ، سرطیب
شفاخانه ، امر فوق العاده بگیریید تا مریض تانرا
شامل بستر نمائیم ، این یگانه راه است و اگر نظر
مرا بخواهد ، من موافقت خویشرا مینویسم .

از داکتر و مهربانی وی اظهار تشکر مینمایم و
بایکی دونفری که همراه من است ، داخل دفتر
قوماندان صاحب میشویم .

سرطیب صاحب که تازه چای صبح را نوش
جان نموده و باعده ئی از دوستانش مشغول
صحبت است ، با بی میلی نسخه ها و فورمه های
مریض را زیرو رو مینماید شان هایش را بالا می

العاده قوماندان صاحب را برایش میدهم، به هدایت دوکتور صاحب، مریض را به منزل چارم شفاخانه انتقال میدهم، دهلیز ها آرام و بی سرو صد است، سبدها و دسته های گل هر طرف بالای چپرکت های مریضان دیده میشود، همه لباس های پاك و نظیف به تن دارند، از بروت های پرپهن مریضان داخل بستر که اکثر آنها در داخل دهلیز ها و اتاق ها قدم میزنند و یا به رادیو و تلویزیون گوش میدهند، چنین معلوم میشود که همه افسران بلند پایه خاوندوی اند.

معاون صاحب دریکی از این اتاق ها بالای بستر لوکس که بارو کش های سفید و نظیف پیچانیده شده استراحت مینماید و ما به اتفاق داکتر از اتاق خارج میشویم.

داکتر نگاه های استفهام امیز مرا درک مینماید، بی آنکه منتظر سوالی باشد، خودش عقده دلش را می کشاید و آرام آرام میگوید: بی وجدان ها، خاین ها: اولادهای مردمه ده کشتن میتن و خود شان به بهانه مریضی در اتاق های لوکس استراحت مینمایند.

(پایان)

اندازد و بابی اعتنایی میگوید امکان ندارد، ما به جز از مجروحین درجه ول، نمیتوانیم اشخاص دیگر را داخل بستر نمائیم.

چنه زدن ها و شلگی مافایده ندارد، قوماندان صاحب باعصبانیت زنگ دروازه را فشار میدهد، عسکری بارسم و تعظیم داخل اتاق میشود و به امر قوماندان صاحب مارا از دفترش خارج مینماید.

داکتر را در جریان میگذارم، او نیز از رویه خشن قوماندان اظهار تأسف مینماید و از کمک به ما معذرت میخواهد.

فکری بخاطر یکی از دوستان ما خطوط مینماید، نام منشی صاحب را بر زبان می آرد و از ماجدا میشود.

دوست ما دقیقی بعد، در حالیکه دست منشی صاحب سازمان اولیه حزبی شفاخانه را در دست دارد، بسوی اتاق قوماندان شفاخانه حرکت مینمایند. بعد از لحظه ئی کوتاه در عقب دروازه قوماندان صاحب از همدیگر خدا حافظی مینمایند و منشی صاحب باخنده میگوید، رفیق اگر امر دیگه هم باشد مه حاضر هستم.

قاتحانه داخل اتاق دکتور میشویم و امر فوق

آیا میشود با قاتلین و غارتگران کمونست، که کشور اسلامی را به ویرانه تبدیل نمودند و مسیلمونها فرزندان مؤمن اسلام را به جرم مسلمان بودن به شهادت رسانیدند سازش کرد؟ بدون شک چنین نخواهد شد.

دستگاه گوارش وضم غذا

تهیه کننده: محمدابن یعقوبی

(Great curvature) در طرف چپ میباشد . معده در پائین حجاب حاجز و در پهلوی لوزالمعده قرار داشته و بواسطه قسمتی از قطعه چپ کبد پوشیده شده است Spleen در مقابل کناره بزرگ معده قرار دارد .

۱ - ساختمان معده :

معده : از چهار لایه تشکیل شده است .

۱ - لایه خارجی که لایه سیروزو بسیار نازک است .

لایه عضلاتی که خود شامل سه طبقه است یکی لایه

عضلاتی طولی که سطحی است . در همان امتداد عضلات

طولی مری قرار دارد .

۲ - دوم لایه عضلاتی حلقوی که بطور حلقوی معده را فراگرفته است .

این لایه در ناحیه باب المعده یا پیلورضخیم ترشده و عضله حلقوی تنگ کننده باب المعده را میسازد . طبقه سوم لایه عضلات مایل است Oblic Fibers خلامهد پهلائقس واکثراً در ناحیه ته معده یافت میشوند . این رشته های عضلاتی از دهانه معده شروع شده و از طرف ته معده به طورمایل

دستگاه گوارش مجموعه تشریحی است که برای دریافت غذا، ایجاد تغییرات دران و آماده کردن غذا برای جذب کارمیکند . بدن انسان ماشینی است که برای ادامه حیات فعالیت داشته که اگر در قسمت نگهداری ان دقت نکنیم به امراض مختلف گرفتار می شویم که پشیمانی بعد از وقوع حادثه سودی ندارد . پس حالا دیر نشده است که در نگهداری ان کوشا باشیم . معده يك قسمتی ازین ماشین است که ذیلا در مورد ان روشنی انداخته میشود .

معده قسمتی است از لوله هاضمه که در بین مری و روده کوچک قرار دارد . قسمت بالای ان را سر معده یا (Fundus) ، قسمت میانی انرا تنه معده و قسمت افقی انتهای انرا ناحیه باب معده یا (Pyloric Antrum) میگویند . در بالا بواسطه سوراخ دهانه معده یا (Cardia) بامری و در پائین باواسطه باب المعده یا (Pyloric Orifice) باروده اثنا عشر مربوط میشود . معده دارای دو جدار قدامی و خلفی و دو کناره یکی باریک (Lesser curvature) در طرف راست و دیگری بزرگ یا

بطرف کناره باریک کشیده میشوند .

۲ - لایه زیر مخاطی که از بافت همبند لانه زنبوری تشکیل یافته و محتوی عروق خونی و لمفاوی است .

۴ - لایه مخاطی که داخلی ترین لایه جدار معده است و بسیار ضخیم و نرم بوده و به صورت پیچ و تاب خوردگی های بسیار زیادی است .
کارو فعالیت معده :

غذاء از مری ، از طریق دهانه معده وراد آن گشته و بواسطه انقباضات ، عضلات باشیره معده اغشته میشود .

ورود غذا به معده ، در جریان غذا خوردن تقریباً مداوم است ولی بالعکس خروج غذا از معده بلافاصله آغاز نمیشود . غذا باید ابتداء گوارش یافته و تبدیل به مایع گردیده و بتدریج به نوبت در حدود پانزده سانتی متر مکعب از مجرای پیلور گذشته و وارداتی عشر میشود .

بطور کلی فعالیت معده را بشرح زیر میتوان خلاصه نمود :

۱ - معده غذا را دریافت کرده و برای مدت کوتاهی بمنزله مخزن ان مییابد .

۲ - تمام غذا ها بصورت مایع درآمده و با اسید کلر هیدرک معده اغشته میشود و باین طریق برای گوارش روده ای آماده میشود .

۳ - پروتین ها در معده مبدل به (پبتون) میگرددند .

۴ - شیر دلمه میشود و کازئین آن آزاد میشود .

۵ - گوارش مواد چربی در معده آغاز

میگردد .

۶ - يك عامل ضد كم خونی در معده ساخته میشود .

۷ - مواد غذائی که در معده تبدیل به مایع شده است (کمیوس Chyme) نام دارد که وارد اثتی غشر میشود .

چه کنیم تا به دردهای معده ، زخم معده ، زخم اثنا عشر و خونریزی معده گرفتار نشویم ؟ و چه تدابیری اتخاذ شود که يك معده سالم داشته باشیم . توجه : (رعایت نکات زیر موثر است :

۱ - آهسته غذا بخورید ، لقمه را خوب بجوید و تازمانی که کاملاً میده و خرد نشده است فرو نبرید .

۲ - دندان فاسد فعالیت و هضم را مختل میکند . مراقب وضع دندانهای خود باشید .

۳ - بلا فاصله قبل و بعد از غذا از فعالیت شدید و همچنین از ناراحتی های اعصاب احتراز کنید . در صورت امکان چند دقیقه (۵ تا ۱۵ دقیقه) بلا فاصله و بعد از غذا استراحت نمائید .

۴ - بمقدار کافی در شب به خوابید ، خواب اضافی بعد از ظهر در صورت تمایل بلامانع است .

۵ - خستگی زیاد و اضطراب بطور کلی فعالیت و هضم غذا را مختل میکند . اگر به رفع انها قادر نیستید موضوع را با دکتور خود اظهار بدارید .

۶ - از پر خوری خود داری نمائید و قبل از انکه سیر شوید دست از غذا خوردن بکشید .

۷ - غذا های بسیار گرم و داغ و یا بسیار سرد و یخ سوء هاضمه را زیاد میکند .

اهمال و خودداری از دفع در موقع ضرورت سوء هاضمه را زیاد میکند .

۱۰ - خوردن غذاء ها در ساعت های مشخص و ثابت باشد .

تعریف سوء هاضمه :

سوء هاضمه غالباً ممکن است بواسطه عوامل مختلف از قبیل رژیم نادرست ، عدم رعایت و زمان تغذیه ، نگرانی و هیجانات روحی و غیره پیش بیاید .

۸ - در موقع غذاء خوردن بیشتر از یک گیلان اب یا اشامیدنی مشابه ننوشید اما در بین دو غذا اشامیدن اب بقدر دلخواه و هر قدرکه میخواهید آزاد است .

۹ - دخانیات از عوامل سوء هضم است . اگر قادر به ترك ان نیستید . لا اقل قبل از غذاء بامعده خالی سگرت نکشید .

۱۰ - اجابت مزاج باید مرتب و منظم باشد .

دبوراوسبزو خانگرتیاوی (ناروغیو) عیسی

پخوا ورسره اشنا دی اوور څخه استفاده کوی . د لرغونی مصر په اثارو کی د خرما دونی تصویرونه لیدل کیږی . که څه هم خرما زمونږ په هیواد کی نشته خو زمونږ ځلک ورسره اشنادی او د خرما په هکله زمونږ د خلکو دا متل دی چی (هم خرما اوهم ثواب) دا ثابتوی چی د خرما له میوی سره زمونږ ځلک ښه بلد وو . خرما دا لاندی مواد لری :

پروتین ۳ فیصد غوړ ۱۰،۲ فیصد معدنی مالگی ۱۰،۳ فیصد کاربو هایدریت ۶۷،۳ فیصد کلسیم ۱۷،۰۰ فیصد ، فاسفور ۸،۵ فیصد او اوسپنه ۱۵،۶ په هر ملی گرام کی ، سربیره پردی خرما ویتامین (A) نیاسین ، تیامین ، رېبوفلاوین او ویتامین (C) هم لری .

پوهان وایی چی که یوسړی هره ورځ په مناسبه اندازه خرما و خوری په ناروغی به نه

دا چی مونږ وایو خوراکونه دانسان د بدن لپاره گټور دی ، نوی خبره نه ده . له اوسه خوپیږی د مخه سقراط ویل : خواړه دارو دی ، خواړه سلامتی ده . اوس چی د غذائی مواد و په هکله ډیر کشفیات شوی دی دا جوته شوی ده چی سقراط په پورتنی جمله کی یو ستر حقیقت څرگند کړی ؤ . ځکه چی اوس ښکاره شوی ده چی د مناسبو خوراکونو په ذریعه کولی شوله ډیرو ناروغیو ځان وژغورو یا د هغه له شوڅخه بچ پاتی شو نو له هم دی امله غواړم د میوو د خانگرتیاوپه هکله په نسبتاً لنډه توگه څه وواړو . چی په څه ډول د سبزیجاتو او میوو او لبنیاتو په ذریعه له ناروغیو ځان وژغورو .

خرما :

خرما له هغو میوو څخه ده چی بشر له ډیره

مبتلا کیږي. خرما سربیره پردې چی معدنی مالګی لری نرمه هم ده د شیدو او خرما مخلوط یوه ډیره کامله غذا ده او همدا وجه ده چی عربانو خرما له شیدو سره یو ځای خوړه .

په پورتنیو ښیګڼو سربیره ویل کیږي چی خرما د سرطان لپاره ډیره ګټوره ده .
انګور :

ویل کیږي چی په نړی کی تقریباً (۴۰۰۰) ډوله انګور موجود دی د دغو انګورو ځنی ډولو نه لکه د الوچو او ځنولکه د چنډ د دانو په څیر وایه دی . خو د خاصیت له پلوه ټول یو ډول دی او د دوی په منیفخ کی هیڅ ډول تو پیرنشته . انګور قندی مواد په تیره بیا ګلوکوز خورا ډیر لری او هم په مناسبه اغلې پروتین ، کلسیم ، کاربو هایډریت او فاسفور لری .

انګور ویتامین (A) ریټینولین او ویتامین (C) لری . سربیره پردې چی انګور ډیره او سپنه نلری ، هغه کمه اندازه او سپنه چی په انګورو کی ده ، دوینی د کمښت د پوره کولو لپاره ډیر ګټور دی . البته د تورو انګورو او سپنه ډیره زیاته ده

او د کم خونی په ناروغی متلاً ناروغان کولی شی د هغو په خوړلو سره خپله وینه زیاته کړی انګور هم سهل دی او هم د قبض د پاره ګټور . دا میوه د معدی لپاره هم ډیره ضروری ده ځکه چی کولی شی د مرض زیږونکیو باکتریا و مخه ونیسی . انګور د گردی ، برانشیت ، قلب او روماتیزم د ناروغیو لپاره ګټور دی . انګور همداراز دا ښخی عشر و دوینو اسهال ، د سږ و خونریزی ، تور توخی د کولمو کمزوری ، د صفرا د کیسی ، د بواسیرو د کولمو د باد ، شکر ، سوزاک ، د ډنګر والی چاغوالی ، عصبی حملو ، د تبو ، وینی فشار او د معدی د زخم د ناروغیو معالج دی . د انګور خوراک له لاندینیو خوارکونو سره یو ځای ښه نه دی .

پخی وریجی ، مالته ، خټکی ، اینځر ، الوبالو ، اناناس ، خرما ، پیروی ، کوچ ، پنیر ، پسته ، موم پلی ، هندوانه ، شیدی او غوښه .
همداراز د انګور اوبه باید ژرو څښل شی ځکه چی که وساتل شی هم یی خوند خورا بیړی او هم یی خاصیت له مینځه ځی .

زیرا ارسنیک باقسمت باقی مانده (BAL) به شکل ترکیب اطراح می گردد از تطبیق (BAL) که مثل محلول روغنی (۱۰ فیصد) در تیل موجود بوده و از راه (I.M) تطبیق میشود .

باعث استفراغ ، دلبدی ، سردردی و احساس گرمی روی و سرگردیده برای رفع این نقیضه میتوان (Diphenyl by hydramin) را قبل از تطبیق (BAL) به شخص مسموم از طریق فمی توصیه کرد که قسماً مؤثر تمام میشود .

قسمت باقی مانده

به کفربرد . انتی دوت مهم آن (Demercoprol) (BAL) بوده که در ساختمان آن دو گروپ (Sulf hydride) الکول (Primary) موجود بوده این گروپ ها فعال بوده یون های ارسنیک ، سیماپ و طلا را به سرعت از آنزیم هجرات بی جا ساخته و خودش تعویض آن میگردد .
برای سرعت اطراح ارسنیک از طریق کرده میتوان از (Penicillanmine) هم زمان استفاده کرد



های قدیم تا امروز به غرض جنایت مورد استعمال دارد .

مخصوصاً بعضی اشخاص باشناختن خواص سمی مزمن آن برای تولید تسمم مزمن آن را به کار می برند .

تسمم اختیاری آرسنیک :

محیطی شکل حاد داشته و به ندرت دیده میشود مشتقات ایکه به این منظور بیش تر مورد استفاده قرار میگیرد عبارت انداز :

مركبات مرگ موش ، سنتیا و یا آرسنیک ترای اكساید (AS2 O3) می باشد . از همین جهت در ممالك مختلفه يك سلسله قوانین ولوایح موجود میباشد كه به اساس آن مقدار آرسنیک درین مواد محدود شده و باید این مواد دارائی رنگ سیاه ، سبز و یا آبی باشد .

تسممات غذائی آرسنیک :

به شكل حاد و یا مزمن عرض اندام نموده میتواند .

تسممات حاد عموماً به صورت دسته جمعی و یا انفرادی در اثر اشتباه و مغالطه مواد غذائی با محصولات آرسنیک در زراعت مستعمل بود ، بوقوع میرسد مانند آرسینات دی ، سرب و كلسیوم .

از جمله قدیم ترین تسممات ایکه شناخته شده یکی هم تسمم بامشتقات آرسنیک دار بوده مطالعات زیادی درین مورد بعمل آمده بعضی مشتقات آرسنیک مخصوصاً در تولید تسممات جنائی رول مهم دارد .

اسباب تسمم :

علل و اسباب تسمم به شكل حاد و مزمن چنین مطالعه می گردد :

تسممات صنعتی :

در پهلوی تسمم حاد مركبات مختلفه معدنی آرسنیک از قبیل (ان هید روارسینو) آرسنیت دی پتایسیم ، آرسنیت دی کاپر ، آرسنیت دی سودیم ، سرب ، كلسیوم ، المونیم وغیره در صنعت متصور بوده تسمم مزمن آرسنیک در نزد كارگران و اشخاصيكه بامحصولات آرسنیک دار تماس مداوم داشته قابل یاد آوری است . تسمم مزمن آرسنیک بنام (Arsenisme) یاد گردیده و از نقطه نظر طبابت صنعتی اهمیت زیاد دارد .

تسممات جنائی :

آرسنیک نظر به خواص ظاهری مشابه به آرد و شكر وهم چنان نظر به اعراض تسممی مشابهت به تسممات غذائی انتانات وصفی دارد . از زمان

دارمشتقات ارسنیک تولید میگردد .

تسممات تصادفی :

این قسم تسممات در نزد اطفال اکثرا تسممات تهاد فی مخصوصا با کاغذ های مگس کش ، کاغذ های ملوز (گل های صنعتی) و غیره بوقوع میرسد ، علاوه بر نزد کار گرانیکه بامواد ارسنیک دار سروکار دارند . تسممات مزمن یعنی (Arsenisme) تولید شده میتواند .

اعراض و علایم تسمم مشتقات ارسنیک:

اعراض مهم مشتقات ارسنیک بعد ازیک الی دوازده ساعت ظاهر شده و عبارت انداز :

استفراغ ، دردشکم ، اسهال ، شخی عضلات و ضایع شدن شدید آب عضویت که بلاخره باعث شاک میگردد .

(Dose) : کشنده اعظمی آن از مشتقات غیر عضوی (1mg .1kg) بوده ولی این (Dose) در مشتقات زنجیری میتان داربین 0.1 - 0.5 (gm/Kg) میباشد .

میخانیک تسمم با مشتقات ارسنیک :

باعث نهی قسمت فعال انزایم گردیده یعنی در موقعیت گروپ (Sulf hydrile) که قسمت فعال انزایم است یون ارسنیک تثبیت و در نتیجه فعالیت انزایم نهی و وظایف مربوط انزایم به رکود مواجه می شود .

تداوی :

در صورتیکه ارسنیک جذب نشده باشد میتوان بواسطه لواژ معده و تطبیق کاربن فعال تداوی نموده ولی در صورتیکه جذب شده باشد و (ص ۷۴) به دوران خون رسیده باشد باید انتی دوت آن را

از همین سبب است که در برخی از کشور ها

قوانین وضع شده تا به شکل ظاهر این مواد را با استعمال موادرنگه و غیره تغیر بدهند تا از وقوع چنین اشتباهات جلوگیری بعمل آید . شکل مزمن این نوع تسممات نیز اکثرا از جهت استعمال محصولات زراعتی آن میباشد زیرا مقاومت و استحکام ارسنیک بالای محصولات زراعتی یعنی بالای سیب ، ناک و سبزیجات که در اثر استعمال مشتقات ارسنیک بحیث (Parasiticide) به کار رفته منشاءمهم این قسم تسممات به شمار میرود . لهذا بعضی قوانین وضع شده در کشور های مختلفه استعمال این مواد را اقلا دو ماه قبل از جمع آوری محصولات ممنوع قرار میدهند .

تسممات دوائی ارسنیک :

تسممات دوائی نیز به شکل حاد و یا مزمن بوجود آمده میتواند . تسممات حاد اکثرا در اثر اشتباه و مغلطه مشتقات ارسنیک بامواد دیگر بوجود می آید مثلا مغالطه ارسنیک ترای اکساید بااکسید جست اما بعضا این قسم اشتباهات در اثر اشتباه (Doses) مستعمله بوقوع میرسد . ناگفته نماند که ارسنیک در ترکیب اکثر مواد کیمیای که یک عده زیاد شان در تهیه مواد دوائی به کار میروند و یا به حیث دوا مورد استعمال دارند شامل میباشد . از همین سبب است که باید در استعمال چنین مواد احتیاط به عمل آید .

چنانچه یک عالم در سال ۱۹۱۵ مقدار ارسنیک را در ۲۰ گرام سلفات دی مگنیزیم به اندازه (0.15gm - 06%) ارسنیک دی سودیم تثبیت نموده همچنان تسممات مزمن در اثر استعمال دوا

تدویر ورکشاپ حمایتی طفل و مادر

در زمینه پرورش و تغذی اطفال زحمات شباروزی را بدوش گرفته پدر ان نیز باید در تربیه سالم اطفال شان بذل مساعی نمایند .

محترم دوکتور بارکزی گفت : وزارت صحت عامه دولت اسلامی اقدامات موثری را در زمینه حمایه طفل و مادر رویدست گرفته که امیدواریم در تربیه سالم اطفال کشور مفید و مثمر واقع گردد .

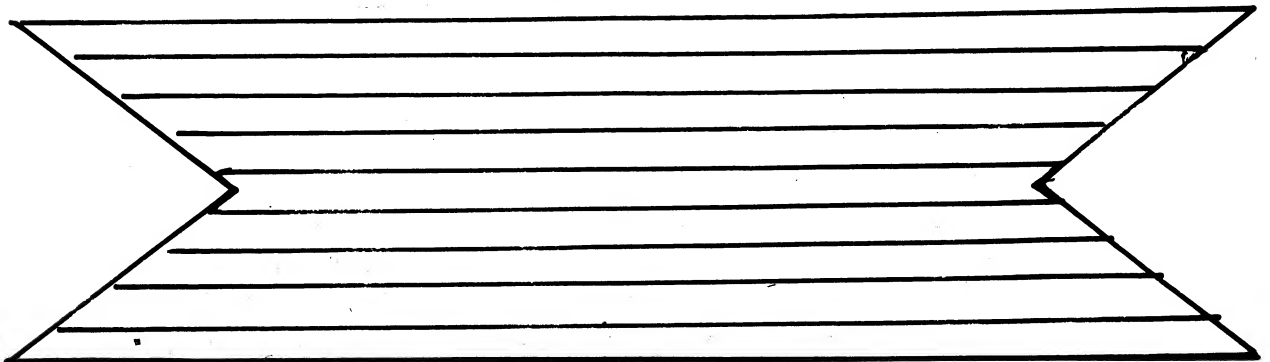
محترم دوکتور سید محمد امین فاطمی رئیس انستیتوت صحت عامه نیز در مورد انعقاد چنین ورکشاپ ها و طرز تطبیق پروگرام ها سخنانی مفید و ارزنده ی برای شاملین ورکشاپ ایراد نموده و اعضای ورکشاپ را بعد از سپری نمودن آموزش های مفید متوجه مسئولیت های سنگین شان نمودند .

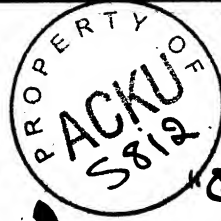
این سیمینار که يك هفته به طول انجامید تعدادی از دوکتوران و نرسان مربوط وزارت صحت عامه در ان اشتراك داشتند .

ورکشاپ تربیوی حمایه طفل و مادر روز شنبه ۱۲ جوزا توسط محترم دوکتور محمد یعقوب بارکزی معین وزارت صحت عامه درسالون کنفرانسهای انستیتوت صحت عامه گشایش یافت . پس از تلاوت آیه چندازکلام الله مجید ، معین دوم وزارت صحت عامه طی سخنرانی افتتاحیه شان مسؤلیت والدین رادر امر تربیه سالم اطفال تشریح نموده و تدویر سیمینار را در جهت حمایه اطفال کشور قدم ارزنده خواند .

محترم دوکتور بارکزی گفت : دین مقدس اسلام احترام والدین رابهرمه مسلمانان فرض گردانیده و خداوند متعال به بندگان مومن هدایت می فرماید تا با والدین شان احسان و احترام کنند . همچنان پیامبر برگزیده اسلام فرموده اند که بهشت زیر قدوم والدین است . و رضای خداوند را در رضا و خوشنودی پدر جستجو باید کرد .

معین وزارت صحت عامه افزود : طوریکه مادر





حبيب الله رفيع

د حق لمر

بيا بشرې سره شوي جوړې پري «شر» دی
بشر دوستو؟ اړولی په محشر دی

زيرو بيم دبېم په هره خوا کېنې خور دی
د ویر ساندې دی عالمه نړیو زېر دی

په هر گام کېنې لویې کندی لوړې پانونه
مخ په وړاندې توپانونه دی خطر دی

مکانی اثر پری شوي دی د غرونو
په کېنې د نرمانی موتل سفر دی

پېنو ته نه خې هسکه غاړه به اوسېږي
نرمانه ده ، حادثې دی نرمونې سردی

روغ زړه نه دی له دی خاوری نه وتلی
که چنگیز که هلاکو که سکندر دی

دانگریر جهانی نروړ دلت او به شو
په نړیو د تزار نوی لښکر دی

سرخړي اتل په وینو د دښمن ده
د کابل بالا حصار کېنې دا اثر دی

که د روس «شاپرک» هر خېبارکړي
چا وشرلی په گوليو د حق لمر دی

شپه اوږده ده تاریکه ده خو داده یم
بنخ په نرمانی د سپیدو خلند خنجر دی

دامنه شپه اوږدېږي کله کله
خوسرته مری په دی می هم باور دی

یخ به تیر شي مخ توری به د سکرو وی
«پایښت بوله استثنی ، قانون گذر دی»

روغتیا

د جسمي، رواني او اجتماعي حالت

د بشپړ بڼه والي څخه عبارت ده،

پوازي د مرض فشتوالی روغتیا نه

ده

روغتیا

دامتیا زخاوند، د عامی روغتیا وزارت

د تحریریه هیئت تر نظر لاندی

د تحریریه هیئت رئیس،

د وکتور سید محمد امین فاطمی

پته: د عامی روغتیا انستیتوت

